ความสงบ

พระนิพนธ์

สมเด็จพระญาณสังวร

สมเด็จพระสังฆราช สกลมหาสังฆปริณายก



ความสงบ

สมเด็จพระญาณสังวร
สมเด็จพระสังฆราช สกลมหาสังฆปริณายก

ความสงบ

ข้อมูลทางบรรณานุกรมของหอสมุดแห่งชาติ

สมเด็จพระญาณสังวร สมเด็จพระสังฆราช (เจริญ สุวฑฺฒโน)

ความสงบ.-- พิมพ์ครั้งที่ 4

กรุงเทพฯ : มหามกุฏราชวิทยาลัย, 2550.

94 หน้า

1. ธรรมะ.

I. ชื่อเรื่อง.

294.315

ISBN 974 580 926 8

พิมพ์ครั้งที่ ๔/๒๕๕๐ จำนวน ๓,๐๐๐ เล่ม

ผู้พิมพ์ผู้โฆษณา พลอากาศเอก หะริน หงสกุล

พิมพ์ที่ โรงพิมพ์มหามกุฏราชวิทยาลัย

๑๒๙ หมู่ ๓ ม.ศาลายา นครชัยศรี ต.ศาลายา

อ.พุทธมณฑล จ.นครปฐม ๗๓๑๗๐

โทร. ๐ ๒๘๐๐ ๒๓๗๑ ๔, ๐ ๒๘๘๙-๒๑๗๐

คำนำ

มหามกุฏราชวิทยาลัย ในพระบรมราชูปถัมภ์ มีนโยบายที่จะจัดพิมพ์หนังสือทางพระพุทธศาสนา เพื่อประชาชนทุกระดับชั้นสามารถอ่านศึกษาหาความรู้เกี่ยวกับคำสอนของพระพุทธศาสนาได้โดยง่าย อันจะเป็นประโยชน์ต่อการนำไปประพฤติปฏิบัติให้เกิดสันติสุขแก่ชีวิตและสังคม ทั้งจะเป็นการช่วยกันดำรง และส่งเสริมพระพุทธศาสนาให้มั่นคงสถาพรสืบไปด้วย

มหามกุฏราชวิทยาลัยได้พิจารณาเห็นว่า พระนิพนธ์เรื่อง **"ความสงบ"** ของเจ้าพระคุณ สมเด็จพระญาณสังวร สมเด็จพระสังฆราช สกลมหาสังฆปริณายก ทรงคุณค่าอย่างยิ่งที่จะจัดพิมพ์เผยแพร่ตามนโยบายดังกล่าว เพราะเป็นเรื่องที่ประกอบด้วยสารัตถะ ครบถ้วนบริบูรณ์อ่านเข้าใจง่ายสำหรับผู้อ่านทุกระดับ เหมาะสมกับการนำไปเป็น **"ประทีปธรรม"** ส่องสว่างแก่ชีวิต ในสภาวะวิกฤตทางสังคมยุคปัจจุบัน มหามกุฏราชวิทยาลัย จึงเลือกสรรมาจัดพิมพ์เผยแพร่ หวังว่าหนังสือ **"ทางสงบ"** เล่มนี้ จักอำนวยประโยชน์แก่ท่านผู้อ่านทั้งหลายตามสมควร

.....ขอจตุรพิธพร จงบังเกิดมีแด่ท่านผู้ประพฤติธรรม.....

(พระมหารัชมงคลดิลก)
ผู้อำนวยการ

มหามกุฏราชวิทยาลัย ในพระบรมราชูปถัมภ์
กุมภาพันธ์ ๒๕๔๒

สารบาญ



ความสงบ

"ความสงบ" ใช้คำว่า **"สันติ"** ก็มี **"อุปสมะ"** ดังที่ใช้ในที่นี้ก็มี เป็นข้อที่ทุกคนสมควรที่จะระลึกถึง และความระลึกถึงนั้นก็พึงระลึกถึงความสงบ หรือความสงบระงับที่ได้ที่ถึง หรือว่าที่พึงได้โดยไม่ยาก หรือที่อาจจะได้จะถึง กับความสงบที่เป็นจุดหมายอันจะพึงบรรลุต่อไปในภายหน้า ความสงบประการแรกที่ได้ที่ถึงนั้นพึงพิจารณาดูตรวจดูว่า เคยได้พบกับสันติความสงบ หรืออุปสมะความสงบระงับของตนมาอย่างใดบ้าง เพราะทุกคนก็จะต้องเคยพบกันมาแล้วไม่น้อยก็มาก ฉะนั้น จะได้กล่าวนำเพื่อเป็นทางที่จะตรวจตราดูด้วยตนเองจากง่ายไปหายาก จากภายนอกเข้ามาหาภายใน

ความสงบอันเกี่ยวแก่สถานที่ก็เช่นป่า โคนไม้ เรือนว่าง หรือว่าที่สงบแห่งใดแห่งหนึ่ง อันเป็นที่ซึ่งปราศจากเสียงรบกวนทั้งหลาย ปราศจากบุคคลและสิ่งรบกวนทั้งหลาย สถานที่ดั่งกล่าวนี้เรียกว่าที่อันสงบสงัด ทุกคนย่อมจะต้องเคยพบเคยไปสู่สถานที่สงบสงัดนี้ และเมื่อไปก็ย่อมจะพบความสงบในสถานที่นั้นซึ่งอาจจะชอบบ้างไม่ชอบบ้าง หรือว่าชอบในบางคราวไม่ชอบในบางคราว แต่แม้เช่นนั้นก็ควรพิจารณาดูว่าได้อะไรในที่อันสงบนั้น ประการแรกย่อมจะได้ความสงบปราศจากเสียงรบกวนเป็นต้นดั่งที่กล่าวมา จะทำให้รู้สึกสงบ และความรู้สึกสงบนี้ ผู้ที่ไม่เคยอาจจะเกิดความกลัวต่อความสงบนั้นก็ได้ หรืออาจที่จะไม่ชอบต่อความสงบนั้น แต่ว่าถ้าได้พิจารณาตรวจตราดูให้ดีแล้ว ก็จะเห็นว่าเป็นสิ่งที่ไม่น่ากลัว และเป็นสิ่งที่ไม่น่าเกลียดหรือน่ารังเกียจ แต่ว่าเป็นสิ่งที่ดีเพราะว่าความสงบนั้นเป็นของดี ชีวิตแม้โดยปรกติก็ต้องอาศัยความสงบอยู่เป็นอันมาก ความพักผ่อนย่อมต้องการที่อันสงบ ต้องการความสงบ การเรียนการทำงานก็ต้องการที่อันสงบ ต้องการความสงบ การทำงานละเอียดก็ย่อมต้องการความสงบมาก ถ้าขาดความสงบขาดที่สงบเสียอย่างเดียวแล้วจะเรียนก็ไม่ได้ จะทำงานอันใดที่ละเอียดประณีตก็ทำไม่ได้ จะพักผ่อนก็ไม่ได้ และยิ่งในเวลาที่ต้องการพักจริง ๆ เช่นเวลาที่ต้องการหลับก็ต้องการที่สงบและความสงบเป็นอย่างมาก เพราะฉะนั้น ที่สงบหรือว่าความสงบนั้นจึงเป็นสิ่งที่ทุก ๆ คน

ต้องอาศัยอยู่ทุกวันในชีวิตทุก ๆ วันของบุคคล ยิ่งในการปฏิบัติธรรมทางจิตก็ยิ่งต้องการที่อันสงบสงัด ต้องการความสงบสงัดเป็นอย่างมาก เพราะฉะนั้น ที่อันสงบสงัด ความสงัดจึงเป็นสิ่งที่จำปรารถนาต้องการ เป็นสิ่งที่มีประโยชน์ที่ทุกคนต้องอาศัยแม้ดังที่กล่าวมานี้เกี่ยวกับสถานที่

คราวนี้เกี่ยวกับจิตใจเอง แม้จิตใจนี้เองตลอดจนถึงร่างกายก็ต้องการที่อันสงบ ต้องการความสงบ เพราะว่าจิตใจนี้ไม่สามารถที่จะอยู่กับความวุ่นวายได้ทั้งวันทั้งคืน แม้ว่าความวุ่นวายนั้นจะเป็นสิ่งที่นึกว่าน่าชอบ เช่นว่าเป็นการละเล่นเต้นรำเป็นเครื่องดนตรีดีดสีตีเป่า แม้ที่บางคนจะชอบอย่างนั้นชอบอย่างนี้ แต่ก็ฟังอยู่ได้เล่นสนุกอยู่ได้ในเวลาที่จำกัด ไม่สามารถที่จะเล่นจะฟังจะสนุกอยู่ทั้งวันทั้งคืนได้ และเมื่อร่างกายและจิตใจต้องการความสงบแล้ว ก็ไม่ต้องการสิ่งเหล่านั้นทั้งหมดต้องการความสงบจากสิ่งเหล่านั้น จิตใจย่อมต้องการความสงบดังกล่าวนี้อยู่เป็นอันมากในวันหนึ่ง ๆ และโดยเฉพาะอย่างยิ่งในการเล่าเรียนศึกษา ในการทำงานในการปฏิบัติธรรมก็ต้องการความสงบใจตามภูมิตามชั้นของการงานที่กระทำนั้น และยิ่งในเวลาที่จะหลับนอน จิตใจจะกังวลอยู่กับสิ่งใดสิ่งหนึ่งหาได้ไม่ เพราะถ้าจิตใจมีกังวล มีห่วงใย มีอาลัย มีวิตกตรึกนึกคิดวุ่นวายอยู่แล้ว ก็ทำให้นอนไม่ได้ เพราะจะนอนก็นอน

ไม่หลับ จึงจำเป็นที่จะต้องพักกังวลพักอาลัยพักวิตกคือความตรึกนึกคิดในเรื่องทั้งหลายเสียให้หมดสิ้น ใจปล่อยจากอารมณ์ที่วิตกกังวลนั้น จิตใจปล่อยเมื่อใดความหลับก็มาเมื่อนั้น นับว่าเป็นการพักผ่อนที่ร่างกายต้องการอยู่เป็นประจำ ใจเองจึงต้องการความสงบ ร่างกายเองก็ต้องการความสงบอยู่เป็นอันมาก นี้นับว่าเป็นความสงบที่เป็นสามัญทั่วไปซึ่งทุกคนควรมีอนุสสติคือระลึกถึง อันเกี่ยวแก่สถานที่ อันเกี่ยวแก่ที่ร่างกายและจิตใจต้องการแม้ดั่งที่กล่าวนี้ ระลึกให้จำได้ว่าลักษณะที่เป็นความสงบนั้น เป็นอย่างไร เป็นความเงียบเป็นความปราศจากกังวล ปราศจากอาลัย ปราศจากวิตกนึกคิดฟุ้งซ่าน แต่เป็นความว่างเป็นความปล่อยเป็นความวาง ซึ่งลักษณะเหล่านี้เป็นลักษณะที่จะทำให้จิตใจมีความสุข มีอิสระเป็นใหญ่จากเครื่องวิตกกังวลทั้งหลายเป็นต้น เป็นเสรีเรียกว่ามีอำนาจของตนเองไม่ต้องถูกบีบบังคับ ไม่ต้องถูกชักจูง ไม่ต้องวุ่นวาย ไม่ต้องเดือดร้อน เป็นลักษณะเรียกว่าสงบอันเป็นคำรวม หรือว่าสงบระงับ ซึ่งลักษณะดังกล่าวนี้เองนับได้ว่าเป็นลักษณะของความสุขอย่างหนึ่งที่ชีวิตนี้ต้องการ ที่ร่างกายต้องการ ที่จิตใจต้องการ

ความสงบขั้นศีล

คราวนี้มาถึงสันติคือความสงบ อุปสมะ ความสงบระงับอันเป็นธรรมปฏิบัติตามคำสั่งสอนของพระพุทธเจ้า ย่อมเป็นสิ่ง

ที่ละเอียดขึ้นไปอีกตามภูมิตามชั้น ฉะนั้น จึงสมควรที่จะตรวจดูความสงบที่เป็นขั้นศีล คือเมื่อตั้งใจปฏิบัติศีลโดยตั้งใจงดเว้นจากภัยเวรนั้น ๆ หรือจากความประพฤติที่ทรงห้ามไว้จากสิกขาบทนั้น ๆ ตั้งแต่ศีลห้าขึ้นไปว่าได้รับผลเป็นความสงบเป็นอย่างไรบ้าง ถ้าไม่พิจารณาก็อาจจะไม่มองเห็นผลถนัดนัก และบางทีกลับจะมองเห็นความเดือดร้อนของศีล คือมองเห็นว่าศีลเป็นเครื่องจำกัดอิสรภาพเสรีภาพของความประพฤติ ต้องเว้นจากสิ่งนั้นต้องเว้นจากสิ่งนี้ คือจะทำอย่างนี้ก็ไม่ได้จะทำอย่างนั้นก็ไม่ได้ จะพูดอย่างนั้นก็ไม่ได้จะพูดอย่างนี้ก็ไม่ได้ มีศีลห้าข้อก็เท่ากับว่ามีเครื่องจำกัดอยู่ห้าอย่าง มีศีลแปดก็มีเครื่องจำกัดอยู่แปดอย่าง ศีลยิ่งขึ้นไปเป็นศีล ๑๐ ศีล ๒๒๗ ก็มีเครื่องจำกัดอยู่ ๑๐ อย่าง ๒๒๗ อย่าง จนถึงรู้สึกเหมือนกับว่าเป็นรั้วล้อมหรือเป็นห้องขัง ศีลยิ่งมากก็ยิ่งถูกขังจนอึดอัดจะทำอะไรก็ไม่ได้จะพูดอะไรก็ไม่ได้เป็นต้น เป็นการหมดอิสรเสรีภาพ เมื่อมองอย่างนี้แล้วก็ทำให้รู้สึกไม่สงบ ใจก็ฟุ้งซ่านอยากจะแหวกศีลออกไป คือว่าศีลเหมือนอย่างเป็นคอกขังเอาไว้จึงไม่พบความสงบไม่พบผลของศีล แต่ว่าถ้าพิจารณาอีกด้านหนึ่งว่า ความรู้สึกที่เป็นดั่งนั้น อะไรทำให้รู้สึกดั่งนั้น ก็จะพบว่าตัณหา คือความดิ้นรนทะยานอยากนั้นเองเป็นเหตุให้มีความรู้สึกอย่างนั้น เพราะตัณหาคือความดิ้นรนทะยานอยากนั้นเองตัณหาไปในทางกาม คือ รูป เสียง กลิ่น รส โผฏฐัพพะ ที่น่า

ใคร่น่าปรารถนาน่าพอใจบ้าง เป็นตัณหาไปในทางความอยากเป็นนั่นเป็นนี่บ้าง เป็นตัณหาไปในทางที่อยากจะให้สิ่งที่ไม่ชอบภาวะที่ไม่ชอบทั้งหลายหมดสิ้นไปบ้าง ถูกทำลายไปบ้าง เพราะความอยากเหล่านี้เอง เมื่อความอยากมี ๑๐ อย่างก็ดิ้นรนไป ๑๐ อย่าง ความอยากมี ๒๐ อย่างก็ดิ้นรนไป ๒๐ อย่าง

ความสงบตัณหา

อันศีลของพระพุทธเจ้านั้นทรงบัญญัติไว้สำหรับเป็นเครื่องป้องกันตัณหาคือความอยากในใจนี้เอง โดยที่ทรงเห็นว่าตัณหาอย่างแรงนั้นย่อมอยากไปในห้าอย่าง จึงได้ทรงบัญญัติศีลห้ากันเอาไว้ว่า ถ้าตัณหาดิ้นรนไปในทางนี้ก็ไปติดศีลข้อนี้ เช่นตัณหาดิ้นรนไปในทางที่อยากจะฆ่าเขา ก็ไปติดศีลในข้อที่ให้เว้นจากการฆ่าดั่งนี้เป็นต้น คราวนี้สำหรับฆราวาสทั่วไปนั้นห้าข้อก็เพียงพอ แต่สำหรับบรรพชิตซึ่งต้องการทำความทุกข์ให้สิ้นต้องการดับตัณหา จึงมีบัญญัติศีลเอาไว้มาก เพราะทรงทราบว่าตัณหาจะดิ้นรนไปในทางใดบ้าง ดิ้นรนไป ๑๐๘ อย่าง ก็ต้องบัญญัติศีล ๑๐๘ ข้อ ดั่งนี้เป็นต้น เพื่อป้องกันตัณหานั่นเอง สำหรับที่จะระงับดับตัณหาลงไปนั้นเอง พึงพิจารณาดูก็จะเห็นว่าเมื่อตัณหาดิ้นไปทางนั้น ดิ้นไปทางนี้ ดิ้นไปทางโน้น เมื่อไปติดอยู่ในศีลข้อนั้นข้อนี้ออกไปไม่ได้ เพราะผู้ปฏิบัติมั่นอยู่ในวิรัติคือความงดเว้น เชื่อฟังตามพระบัญญัติอยู่ ครั้นดิ้นรนหนักเข้า

ออกไปไม่ได้ตัณหานั้นก็จะสงบ เมื่อตัณหาสงบหายไปแล้วนั่นแหละ ความสงบจึงจะมาเป็นสันติความสงบระงับซึ่งเป็นขั้นหลัง ในขั้นแรกนั้นจะพบกับความวุ่นวายสับสนอันเป็นตัวตัณหานั้นเอง ตัณหาออกไปไม่ได้ หนัก ๆ เข้าตัณหาก็เหนื่อยก็สงบ และผู้ปฏิบัติในศีลจะพบสันติคือความสงบ คือความสงบตัณหานั้นเอง สงบตัณหานี้แหละนับว่าเป็นสุขของใจ อย่างแท้จริงอันเป็นความสุขที่เป็นขั้นสูง ขึ้นมาจากความสุขที่เกิดจากตัณหา อันความสุขที่เกิดจากตัณหานั้นเป็นความสุขที่วู่วาม ชั่วคราวประเดี๋ยวประด๋าว เหมือนอย่างการบริโภคอาหารที่มีรสอร่อยในขณะที่บริโภค รสหวานบ้าง รสเปรี้ยวบ้าง อร่อยในขณะที่บริโภคอร่อยที่ลิ้นเท่านั้น กลืนลงไปแล้วบริโภคแล้วความอร่อยนั้นก็หายไป ทำไมจึงต้องอร่อย เพราะความอร่อยนั้นเป็นเครื่องล่อใจล่อลิ้นให้ต้องบริโภค ถ้าหากว่าไม่มีรสอร่อยเป็นเครื่องล่อแล้ว คนเราจะไม่ยอมกินอาหารเข้าไป ชีวิตก็อยู่ไม่ได้ จึงต้องมีสิ่งเป็นเครื่องล่อคือเป็นรสต่าง ๆ และรสที่อร่อยอันเป็นความสุขนั้นก็แค่ลิ้นในขณะที่บริโภคเท่านั้น รสต่าง ๆ อันเป็นความอร่อยอันเป็นความสุขซึ่งนับว่าเป็นผลของตัณหานั้น ล้วนเป็นรสเป็นความอร่อยเป็นความสุขผิวเผิน เหมือนอย่างรสอาหารดังที่กล่าวมาแล้ว วู่วามอยู่ชั่วครู่ชั่วขณะแล้วก็หายไป ฉะนั้น จึงได้ตรัสสอนไว้ว่า เป็นสิ่งที่มีสุข มีความอร่อยน้อยแต่ว่ามีทุกข์มาก เพราะว่าความทุกข์ต่าง ๆ อันเป็นผลสืบต่อมา

จากความเอร็ดอร่อยนั้นมากมายหลายประการนัก เพราะฉะนั้น เมื่อพิจารณาให้รู้สิ่งนี้แล้ว ก็พยายามที่จะสงบใจให้ได้จากรส จากความอร่อย จากความสุข อันวู่วามอันเป็นผลของตัณหาต่าง ๆ ดังกล่าวมานี้อันเป็นไปในอารมณ์ หรือกามคุณารมณ์ทั้งหลาย สงบตัณหาลงไปได้แล้วจะพบสันติคือความสงบ หรือความสงบระงับอันเป็นสิ่งที่ละเอียด และนับได้ว่าเป็นความสุขที่เย็นเป็นความสุขที่สงบ นับเป็นความสุขที่แท้จริงแม้ในขั้นศีล และนอกจากเป็นความสุขที่จิตใจจะพึงได้รับอย่างละเอียดดังนี้แล้ว ยังเป็นความสงบระงับภัยเวรทั้งหลายด้วย เพราะว่าเมื่อรักษาวิรัติเจตนาความงดเว้นเอาไว้ได้แล้ว ก็จะไม่ฆ่าเขาจะไม่ลักของเขาเป็นต้น เมื่อเป็นดั่งนี้แล้วก็สงบภัยสงบเวรเพราะเหตุที่จะต้องไปทำดั่งนั้น เมื่อสงบภัยสงบเวรได้ก็เป็นสันติ คือความสงบจากภัยจากเวร อันส่งผลให้เป็นความสุขสืบต่อไปอีกมากมายหลายอย่างหลายประการนัก

ความระลึกถึงความสงบคือสันติหรืออุปสมะแม้ที่ได้จากศีลให้ถูกต้องแม้ตามที่กล่าวมานี้ จึงเป็นสิ่งที่มีประโยชน์ และแม้ว่าจะยังไม่พบกับสันติมากนัก เพราะเหตุว่ายังสงบระงับตัณหายังไม่ได้มากนัก ใจยังอยากอยู่ ยังฟุ้งซ่านอยู่ก็ตาม แต่ถ้าหมั่นพิจารณาตรึกตรองอยู่เนือง ๆ แล้วจะมองเห็นความจริง และจะสงบตัณหาคือความดิ้นรนทะยานอยากในใจลงได้ จะอยู่

กับศีลได้อย่างเป็นมิตรเป็นสหาย และเคยเห็นว่าศีลเป็นคอกล้อม เป็นห้องขัง ก็จะกลับเห็นตรงกันข้ามว่าศีลนั้นเป็นสิ่งที่เป็นอิสระ เป็นเสรี เป็นไทด้วยประการทั้งปวง เมื่อสงบตัณหาลงได้เสียแล้ว ศีลนั้นจะเป็นแดนที่เกษม เป็นแดนที่ปลอดภัย เป็นสิ่งที่ปรารถนาต้องการ ผู้มีศีลจะรู้สึกว่ามีอิสระมีเสรีอย่างแท้จริง โดยที่อิสระเสรีจากตัณหานั่นเอง จึงเป็นไทแก่ตนเอง เป็นอันว่าได้ปฏิบัติทำตนให้พ้นจากความเป็นทาสของตัณหาซึ่งเป็นขั้นหยาบ แม้จะยังมีตัณหาก็จะเป็นนายของตัณหาแต่ว่าไม่เป็นทาสของตัณหา เพราะว่าจะเป็นผู้ใช้ตัณหาคือความดิ้นรนทะยานอยากนี้ให้เป็นไปในทางที่ชอบ

กายวิเวก

จะขอกล่าวเพิ่มเติมในขั้นศีลอีกหน่อยหนึ่งว่า ความสงบในขั้นนี้ท่านเรียกอีกชื่อหนึ่งว่า "กายวิเวก" ความสงบสงัดทางกาย ความมีศีลประกอบด้วยความงดเว้นจากความประพฤติที่เป็นภัยเป็นเวรที่ชั่วที่ผิดทั้งหลาย เรียกว่าเป็นความสงบสงัดทางกาย เพราะว่าเว้นจากความวุ่นวายทางกายอันเกิดจากกรรม คือการงานที่กระทำเป็นไปในทางเบียดเบียนก่อภัยก่อเวรทั้งหลาย จึงเป็นผู้ที่มีกายอันสงบอันหมายถึงมีกรรมอันสงบ และก็มิได้หมายจำเพาะกรรมทางกายอย่างเดียวเท่านั้นกรรมทางวาจา กรรมทางใจก็สงบด้วย แต่ก็นับอยู่ในข้อนี้

อีกอย่างหนึ่ง กายวิเวกหมายถึงการปลีกกายออกไปอยู่ในที่อันสงบสงัด เช่นในป่าในเรือนว่างหรือในที่อันสงบสงัดทั้งหลาย ปราศจากความคลุกคลีด้วยบุคคลและด้วยเรื่องทั้งหลาย ความที่นำกายออกไปอยู่ในที่อันสงบสงัดดั่งนี้ก็เรียกว่า กายวิเวก ย่อมเป็นอุปการะอย่างดีในการที่จะปฏิบัติอบรมจิตใจอันเรียกว่า จิตภาวนา การอบรมจิตใจอันเป็นทางสมาธิหรือสมถะ และทางปัญญาหรือวิปัสสนา

ความสงบขั้นสมาธิ

สันติคือความสงบ อุปสมะคือความสงบระงับในขั้นสมาธินั้น โดยตรงก็หมายถึงความสงบทางจิตใจซึ่งเป็นของจำเป็นทั้งแก่ความดำรงชีวิต ทั้งแก่การที่จะเล่าเรียนศึกษาประกอบการงาน ตลอดถึงที่จะปฏิบัติทำจิตภาวนาดังกล่าว พิจารณาดูก็จะเห็นได้ว่าจิตใจนี้ต้องการความสงบเพียงไร โดยปรกติจิตใจนี้ย่อมจะอยู่กับอารมณ์คือเรื่องทั้งหลาย คิดถึงเรื่องนั้นบ้าง คิดถึงเรื่องนี้บ้าง และก็มักจะเพลิดเพลินอยู่กับเรื่องที่ชวนให้เพลิดเพลินทั้งปวง อันเรื่องที่ชวนให้เพลิดเพลินทั้งปวงนั้น ก็เป็นเรื่องที่ประสบพบพานทางตาบ้าง ทางหูบ้าง ทางจมูกบ้าง ทางลิ้นบ้าง ทางกายบ้าง ทางใจเองบ้าง ดังจะพึงเห็นได้ว่า ตั้งแต่ตื่นนอนขึ้นมาตอนเช้า ลืมตาขึ้นก็มองเห็นบุคคลนั้นบุคคลนี้ สิ่งนั้นสิ่งนี้ เมื่อเป็นบุคคลและสิ่งที่เป็นที่รักใคร่พอใจก็ทำให้มี

ความเพลิดเพลินยินดี ใจก็มักจะอยู่กับสิ่งที่ชวนให้เพลิดเพลินยินดีดั่งนี้อยู่เป็นประจำ และก็ทำให้ขวนขวายแสวงหาสิ่งที่ชวนให้เพลิดเพลินยินดีดั่งกล่าวนี้มาไว้ให้พร้อมมูลบริบูรณ์ อยากจะได้สิ่งนั้นอยากจะได้สิ่งนี้ก็แสวงหามาสำหรับนำให้เกิดความเพลิดเพลินยินดี แต่ว่าก็หาอาจที่จะพบกับความเพลิดเพลินยินดีแต่อย่างเดียวไม่ ยังจะต้องพบกับสิ่งที่ไม่น่าปรารถนาพอใจ ลืมตาขึ้นก็อาจจะมองเห็นเป็นบุคคลบ้างเป็นสิ่งของบ้างที่ไม่น่าปรารถนาพอใจ ในวันหนึ่ง ๆ ก็จะต้องพบสิ่งนั้นสิ่งนี้บุคคลนั้นบุคคลนี้ที่ไม่น่าปรารถนาพอใจ เมื่อเป็นดั่งนี้ก็นำให้บังเกิดความกระทบกระทั่งขัดใจโกรธแค้นขัดเคืองตรงกันข้ามกับความเพลิดเพลินยินดีดังกล่าวมาข้างต้น จึงกล่าวว่าจิตใจนี้ย่อมพบกับสิ่งที่น่าเพลิดเพลินยินดีและสิ่งที่น่ายินร้ายไม่ชอบใจ จิตใจจึงประกอบด้วยความยินดียินร้ายอยู่เป็นประจำไม่มากก็น้อย ถ้าพบกับสิ่งดังกล่าวนี้เป็นส่วนน้อยพอประมาณก็ไม่กระทบกระเทือนอะไรมากนัก แต่ว่าถ้าพบสิ่งเหล่านี้ที่รุนแรงซึ่งทำให้ยินดีมากหรือว่ายินร้ายมาก จิตใจก็วุ่นวายมากฟุ้งซ่านมากทั้งในทางขึ้นทางลงทั้งในทางได้ทางเสีย เพราะฉะนั้น เมื่อพิจารณาดูแล้วก็จะพอมองเห็นว่า จิตใจโดยปรกติที่อยู่กับอารมณ์คือเรื่องทั้งหลายอันประสบพบผ่านเข้ามาทางตาบ้าง ทางหูบ้างเป็นต้น ย่อมจะขึ้นลงอยู่ด้วยความยินดียินร้ายเหมือนอย่างน้ำในทะเลหรือในมหาสมุทรที่เป็นคลื่นอยู่เสมอ ที่จะราบเรียบ

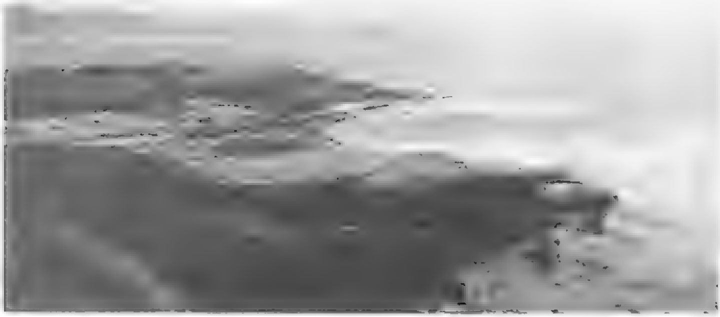
ปรกตินั้นเป็นการยาก อย่างไม่มีอะไรก็เป็นคลื่นน้อย ๆ เป็นระลอกน้อย ๆ ขึ้นลง ถ้าหากว่าถูกฤดูมรสุมมีลมแรงคลื่นก็แรงจัดขึ้น และในขณะที่ต้องประสบมรสุมดังกล่าวนี้ก็จะรู้สึกว่าเป็นขณะที่มีสุขมาก หรือไม่เช่นนั้นก็รู้สึกว่ามีทุกข์มาก จนถึงกับต้องเป็นอันตรายเพราะทนคลื่นไม่ไหวทั้งในด้านขึ้นและด้านลงดั่งนี้ก็มี

อีกประการหนึ่ง นอกจากจะเป็นคลื่นลมเกี่ยวแก่ยินดียินร้ายทั่วไปดังกล่าวแล้ว ยังจะต้องประสบกับการได้การเสียอันเป็นคติธรรมดาอีกด้วย ความเกิดก็เป็นความได้คือได้ชีวิตนี้มา เมื่อได้มาแล้วก็บ่ายหน้าไปสู่ความเสียคือความแก่ ความเจ็บจนถึงความตายในที่สุด นอกจากนี้เมื่อได้สิ่งอันใดมาอันเป็นสิ่งที่น่าปรารถนาพอใจ การได้นั้นเมื่อได้มาแล้วก็หมายความว่าเป็นการเริ่มต้นของการเสียนั้นเองไม่ว่าจะเป็นบุคคลไม่ว่าจะเป็นทรัพย์สมบัติอันใดอันหนึ่ง เพราะว่าทุก ๆ สิ่งที่ได้มานั้นก็จะต้องแปรปรวนเปลี่ยนแปลงไปตามคติธรรมดาหรือตามเหตุการณ์ทั้งหลาย ทั้งผู้ที่ได้มาเองก็ต้องแปรปรวนเปลี่ยนแปลงไป ฉะนั้น ทุก ๆ สิ่งที่ได้มาไม่ว่าจะเป็นอะไรทั้งนั้นถ้าสิ่งเหล่านั้นไม่สิ้นไปหมดไปก่อน เจ้าของเองก็จะต้องสิ้นไปหมดไป คือในที่สุดก็จะต้องละทิ้งชีวิตอันนี้พร้อมทั้งสิ่งต่าง ๆ ไป เมื่อเกิดมานั้นกรรมเป็นผู้ให้เกิด ก็มากับบุญและบาปที่ได้

กระทำไว้ ในขณะที่ไปในที่สุดก็ไปกับบุญและบาปเท่านั้น ร่างกายอันนี้ชีวิตอันนี้ก็ต้องทิ้งไว้ในโลกนี้ทั้งหมดพร้อมทั้งทุก ๆ สิ่ง เพราะฉะนั้น ทุก ๆ สิ่งที่เรียกว่าได้นั้นไม่ว่าอะไรทั้งนั้นก็หมายถึงว่าเป็นการเริ่มต้นของการเสียไปนั้นเอง เมื่อไม่ได้พิจารณาให้ตระหนักถึงความจริงดั่งนี้ ย่อมมีความดีใจเมื่อได้และมีความเสียใจเมื่อเสีย ก็ตกว่าต้องยินดียินร้าย ต้องมีความโศกระทมมีการร้องไห้บ้างหัวเราะบ้างสลับกันไปซึ่งเป็นธรรมดาของชีวิต

ฉะนั้น จิตใจที่ขึ้นลงอยู่ด้วยการได้การเสียด้วยความยินดียินร้ายอย่างเบาบ้าง อย่างปานกลางบ้าง อย่างหนักบ้าง จึงเป็นจิตใจที่ไม่สงบ แต่คนโดยมากนั้นมักจะเห็นว่าไม่สงบในเมื่อพบกับภาวะที่รุนแรง แต่ว่าภาวะที่เป็นธรรมดามักจะมองไม่เห็นว่าไม่สงบ และนอกจากนี้โดยทั่วไปก็มักจะมองไม่เห็นว่าอันความเพลิดเพลินยินดีดังกล่าวมาข้างต้น อันรวมถึงสิ่งที่น่าเพลิดเพลินยินดีอันนำให้เกิดความเพลิดเพลินยินดีนั้น อันที่จริงก็เป็นความไม่สงบอย่างหนึ่งด้วย แต่ว่าเข้าใจว่าเป็นความสงบเป็นความสุข ก็ยินดีพอใจอยู่เพียงเท่านั้น ครั้นไปพบสิ่งที่นายินร้ายมีความยินร้ายขึ้นจึงรู้สึกว่าเป็นทุกข์ไม่สงบ แต่ถ้าพิจารณาดูให้ดีแล้วก็จะเห็นว่าไม่สงบทั้งสองอย่าง เพราะมีอาการที่เป็นความขึ้นลงน้อยหรือมากและจะเลือกเอาอย่างใดอย่างหนึ่งไม่ได้ ต้องการได้โดยไม่ให้มีเสียก็ไม่ได้ เมื่อต้องการ

จะได้ก็ต้องพร้อมที่จะเสีย เพราะการเสียนั้นก็ย่อมมีเป็นธรรมดาดังที่กล่าวมาข้างต้น เพราะฉะนั้น ผู้ที่ไม่ได้ปฏิบัติทางจิตใจ นึกแต่ว่าต้องได้และสิ่งที่จะได้นั้น คิดว่าจะต้องอยู่จะต้องเป็นไปตามที่ปรารถนาต้องการ ครั้นไปพบกับความไม่สมปรารถนาไปพบกับการเสียเข้า จึงต้องเป็นทุกข์มากวุ่นวายมาก ไม่สามารถที่จะระงับจิตใจได้ และนอกจากนี้ตัณหาคือความดิ้นรนทะยานอยากหรือสิ่งที่ต้องการปรารถนาดังกล่าวเป็นต้น ยังเป็นเหตุให้ก่อกรรมที่เป็นอกุศลต่าง ๆ น้อยหรือมากอีกด้วย เพราะฉะนั้น พิจารณาดูให้ดีว่าความสุขนั้นอยู่ที่ไหน ถ้าเห็นว่าความสุขอยู่ที่ความยินดีสิ่งที่น่ายินดี ก็ต้องพบกับความทุกข์สิ่งที่ตรงกันข้าม ถ้าเห็นว่าความสุขอยู่ที่การได้ ก็จะต้องพบกับความทุกข์คือการเสีย



จิตวิเวก

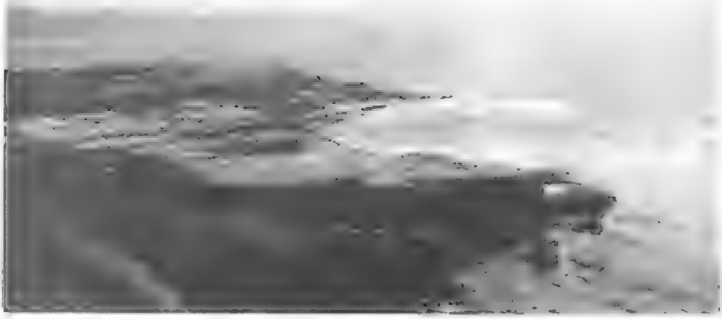
พระพุทธเจ้าได้ตรัสสอนให้ทำสมาธิ คือให้หัดทำจิตใจให้สงบ โดยที่ทิ้งอารมณ์คือเรื่องที่น่ายินดียินร้ายทั้งหลายที่ทำให้เกิดคลื่นขึ้นในจิตใจดังกล่าว มาปฏิบัติทำสมาธิกำหนดจิตในอารมณ์ของสมถกรรมฐาน กรรมฐานที่เป็นอุบายสงบใจในทางสติปัฏฐานทั้งสี่ ตั้งสติพิจารณากายเวทนาจิตธรรม หรือว่ายกเอาข้อใดข้อหนึ่ง เพื่อให้จิตสงบจากกามและอกุศลธรรมทั้งหลายมาตั้งอยู่ในอารมณ์ของสมาธิ เมื่อเป็นดั่งนี้แล้วจะพบกับภาวะอีกอย่างหนึ่งอันเรียกว่า **"จิตวิเวก"** ความสงบสงัดทางจิต พ้นจากอารมณ์ที่น่ายินดียินร้ายทั้งหลาย พ้นจากอารมณ์ที่ได้ที่เสียทั้งหลายดังกล่าวมาข้างต้น สุขที่เกิดจากสมาธินี้จึงเป็นสุขที่เกิดจากความสงบอีกขั้นหนึ่ง ซึ่งผู้ที่ได้ความสุขอัน

เกิดจากสมาธิแล้วก็อาจจะพิจารณาเทียบเคียงกับความสุขที่ได้เกี่ยวกับกระแสคลื่นของอารมณ์ที่น่ายินดียินร้าย อันกล่าวมาข้างต้นนั้นได้ ว่าแตกต่างกันอย่างไร จะมองเห็นชัดว่าความสุขอันเกิดจากกระแสคลื่นที่ขึ้นลงอันกล่าวมาข้างต้นนั้น เป็นความสุขบนทุกข์ เป็นความสุขประเดี๋ยวประด๋าว เป็นความสุขที่ไม่อิ่มไม่เต็มไม่พอ และมีเป็นอันมากที่ให้ความทุกข์มากกว่า และถ้ามีความหลงยึดถืออยู่เป็นอย่างยิ่งแล้วก็จะให้ทุกข์เป็นอันมาก ความสุขที่ได้นั้นเป็นส่วนน้อย แต่ว่าความสุขที่เกิดจากสมาธิอันเป็นความสงบสงัดจากกามและอกุศลธรรมทั้งหลายนั้น เป็นความสุขที่บริสุทธิ์ขึ้นมากกว่า เป็นความสงบไม่วุ่นวายทางจิตใจ จิตใจจะปลอดโปร่งแช่มชื่นแจ่มใสสว่างไสว ทั้งจะเป็นจิตใจที่อ่อน แต่ไม่ใช่อ่อนแอ ไม่แข็งกระด้าง เป็นความอ่อนละมุนละไมที่งดงามควรแก่การงาน คืออาจสามารถที่จะปฏิบัติความดีความชอบโดยเฉพาะที่จะทำจิตภาวนาสืบไปได้

เพราะฉะนั้น สันติคือความสงบ สงบจากนิวรณ์ สงบจากกามและอกุศลธรรมทั้งหลายทางจิตใจอันเกิดจากอำนาจของสมาธิดั่งนี้ จึงเป็นสันติหรืออุปสมะ ความสงบระงับอีกขั้นหนึ่ง ซึ่งทุกคนควรจะระลึกตรวจพิจารณาดูเพื่อให้เห็นประโยชน์ของความสงบดังกล่าว ผู้ที่เคยได้ความสงบจากสมาธิบ้าง ก็จะทำให้จิตใจมีความอิ่มเอิบ เกิดฉันทะอุตสาหะในการที่

จะปฏิบัติยิ่งขึ้น และบุคคลผู้ที่ยังไม่ได้ทำสมาธิ เมื่อพิจารณาไปตามแม้ที่แสดงก็อาจจะเกิดฉันทะอุตสาหะในการที่จะปฏิบัติขึ้น เพื่อให้พบกับสันติหรืออุปสมะ อันจะให้ความสุขที่ละเอียดประณีตยิ่งขึ้นไปกว่าความสุขสามัญทั้งปวง

จะแสดงถึงความสงบระงับในขั้นของปัญญา ความสงบระงับในขั้นนี้ต้องอาศัยปัญญาที่พิจารณาจนบังเกิดความรู้แจ้งเห็นจริง ปัญญาจึงมีสองอย่าง ปัญญาที่เป็นส่วนเหตุ ได้แก่ปัญญาที่เป็นเครื่องพิจารณา ปัญญาที่เป็นส่วนผลได้แก่ความรู้แจ้งเห็นจริง ทำให้บังเกิดสันติคือความสงบระงับเป็นอย่างดียิ่ง ก็เพราะว่าอันความสงบระงับด้วยปัญญานั้นเป็นความระงับจากความหลง หรือจะเรียกว่าจากอวิชชา ความไม่รู้แจ้งเห็นจริง โมหะ ความหลง มิจฉาทิฏฐิ ความเห็นผิด ทำให้พบกับความสงบระงับหรือสันติอย่างดียิ่ง ก็พึงพิจารณาดูถึงการที่ได้พบความจริงอันเป็นปัญญาในข้อใดข้อหนึ่งแม้ในทางคดีโลก เมื่อเป็นความจริงแท้แล้วย่อมให้เกิดประโยชน์ ระงับความหลงเข้าใจผิดด้วยประการทั้งปวง และความสงบระงับในขั้นนี้ย่อมเป็นการพบทางที่ถูกต้อง ทำให้ปฏิบัติชอบปฏิบัติถูกต้องยิ่งขึ้นสืบต่อไปด้วย



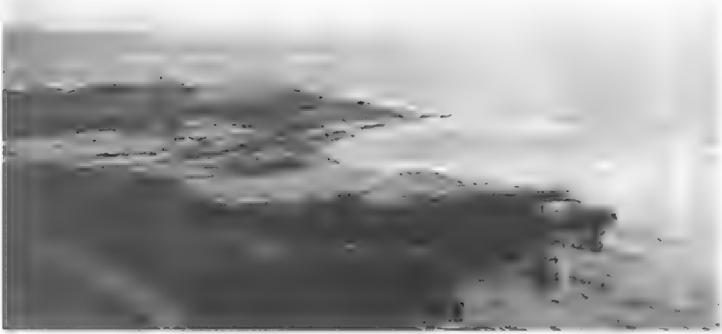
ระงับความหลงตน

อันความหลงทั้งหลายนั้น ความหลงในตนย่อมเป็นความหลงอันสำคัญที่สุด เป็นตัวอวิชชาเป็นโมหะ เป็นความหลงผิดรวมอยู่ในความหลงตนนี้ อันความหลงตนนั้นพิจารณาดูให้ดีว่าคืออย่างไร อันความหลงตนก็ตั้งต้นแต่ความหลงยึดถือทั้งหลาย อันเป็นความยึดถือที่ผิดด้วยอำนาจของความโลภโกรธหลงทั้งหลายทั่ว ๆ ไป อันเป็นเหตุให้บังเกิดอคติคือความลำเอียงไปด้วยอำนาจของความรักความพอใจบ้าง ด้วยอำนาจของความชังความโกรธแค้นขัดเคืองบ้าง ด้วยอำนาจของความหลงบ้าง ด้วยอำนาจของความกลัวบ้าง ความเดือดร้อนทั้งหลายย่อมเกิดจากความหลงที่ถือเอาผิดดังนี้ เพราะฉะนั้น เมื่อใช้ปัญญาพิจารณาว่า ความยึดถือในสิ่งที่ว่าเป็นที่รักก็ดี ในสิ่งที่

ว่าเป็นที่ชังไม่ชอบก็ดี ในสิ่งที่หลงใหลติดอยู่ก็ดี ในสิ่งที่กลัวก็ดี ว่าความจริงเป็นอย่างไร พิจารณาดูเป็นขั้น ๆ ในขั้นต่ำที่สุดก็คือพิจารณาถึงกรรม คือการงานที่กระทำของบุคคลที่ชอบหรือที่ชังเป็นต้นเหล่านั้นว่า ความชอบความชังเป็นต้นย่อมบังเกิดขึ้นเพราะความที่ไปยึดถือในกรรมที่เขากระทำ เหมือนอย่างว่าเขาทำให้แก่ตน เมื่อเขาทำในสิ่งที่ไม่ชอบใจก็เกิดความชัง เพราะไปรับเอากรรมที่เขาทำนั้นมาเป็นของตนหรือว่ามาเกี่ยวเนื่องกับตน แต่ถ้าหากว่าได้พิจารณาตามหลักกรรมของพระพุทธเจ้าว่ากรรมที่บุคคลทำย่อมเป็นของผู้ทำนั้นเอง คือกระทำความชั่ว ความชั่วก็เป็นของผู้ทำ กระทำความดี ความดีก็เป็นของผู้ทำ พิจารณาให้เห็นจริงตามคำสั่งสอนของพระพุทธเจ้าแล้วไม่รับเอากรรมของเขามาเป็นของตนหรือมาเกี่ยวเนื่องกับตน ก็ย่อมจะวางความชอบหรือความชัง เพราะเหตุที่เขากระทำดีหรือไม่ดีนั้น ๆ ได้

นอกจากนี้ความชอบความชังที่เนื่องมาจากความหลงยึดถือทั้งหลาย เป็นต้นว่าความหลงยึดถือในสิ่งที่ไม่เที่ยงว่าเป็นของเที่ยง ในสิ่งที่เป็นทุกข์ว่าเป็นสุข ในสิ่งที่เป็นอนัตตามิใช่ตัวตนว่าเป็นอัตตาตัวตน ในสิ่งที่เป็นอสุภะคือไม่งดงามว่าเป็นสุภะคือความสวยงาม ความหลงยึดถือเหล่านี้ทำจิตใจให้เป็นจิต-วิปลาส ทำทิฏฐิความเห็นให้เป็นทิฏฐิวิปลาส ทำสัญญาความ

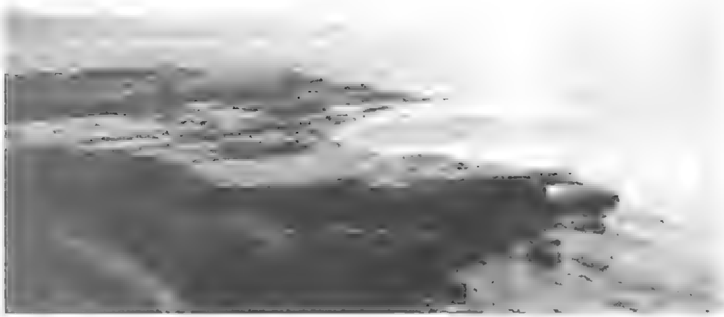
กำหนดให้เป็นสัญญาวิปลาส เพราะฉะนั้น ก็ให้พิจารณาดูตามที่พระพุทธเจ้าทรงสั่งสอนว่ามีอะไรบ้างที่ยึดถืออยู่นั้นเป็นของเที่ยงเป็นสุข เป็นอัตตาตัวตน หรือเป็นของที่งดงามจริง ๆ ร่างกายของตนเองก็ดี ของบุคคลอื่นก็ดี สิ่งที่เนื่องกับร่างกายจะเป็นทรัพย์สมบัติจะเป็นสิ่งอันใดอันหนึ่งก็ตามที ล้วนเป็นของไม่เที่ยงเป็นทุกข์ ต้องแปรปรวนเปลี่ยนแปลงไป ไม่ใช่เป็นของตนที่แท้จริงและไม่เป็นสิ่งสวยงาม ความสวยงามนั้นก็มีอยู่แค่พื้นผิวภายนอก เช่นที่ตามองเห็นเท่านั้น แต่ตามความเป็นจริงแล้วล้วนเป็นสิ่งประกอบปรุงแต่งกันขึ้นมาเป็นชิ้นเป็นอันต่าง ๆ ทั้งนั้น พิจารณาดั่งนี้แล้ว เมื่อความจริงปรากฏขึ้นก็จะทำให้ความดิ้นรนทะยานอยากที่เรียกว่าตัณหานั้นสงบ ทำให้ความยึดถือสงบ



สุขจากความปล่อยวาง

เมื่อตัณหาความดิ้นรนทะยานอยาก อุปาทานความยึดถือสงบ ความปล่อยวางอันเป็นความพ้นก็บังเกิดขึ้น ความสงบระงับตัณหาอุปาทานอันเป็นความปล่อยวางดั่งนี้ เป็นตัวความสุขอย่างยิ่ง อันความทุกข์ทั้งหลายจะเป็นโสกะ ความแห้งใจ ปริเทวะ ความคร่ำครวญใจ ทุกขะ ความไม่สบายกายที่เนื่องมาจากใจ โทมนัสสะ ความไม่สบายใจต่าง ๆ หรือที่รวมกันเรียกว่าความทุกข์อันเกิดจากการประจวบกับสิ่งอันไม่เป็นที่รัก ความทุกข์ที่เกิดจากความพลัดพรากจากสิ่งอันเป็นที่รัก ความปรารถนาไม่ได้สมหวัง เหล่านี้ย่อมเกิดเพราะตัณหาอุปาทานทั้งนั้น คือมีความดิ้นรนทะยานอยาก และมีความยึดถือในสิ่งอันใดว่า สิ่งอันนี้เป็นที่รักเมื่อพลัดพรากย่อมจะบังเกิดความทุกข์

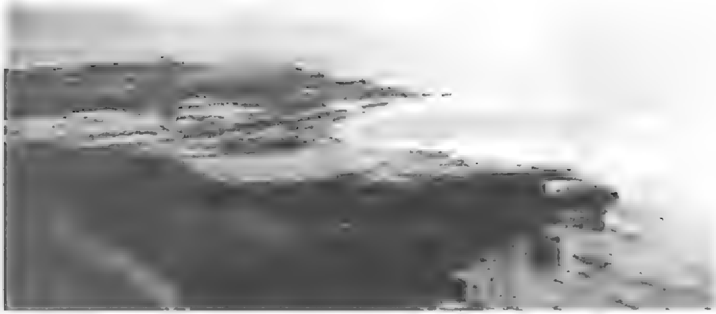
มีความอยากยึดถือว่าสิ่งอันใดไม่เป็นที่รักไปประจวบเข้าก็ย่อมเป็นทุกข์ รวมความว่าเป็นความปรารถนาไม่ได้สมหวัง เพราะอันความปรารถนาที่ไม่ได้สมหวังนั้น ก็คือว่าพบกับสิ่งที่ไม่เป็นที่รักหรือพลัดพรากจากสิ่งที่เป็นที่รักนั้นเอง และสิ่งที่จะเป็นที่รักและไม่เป็นที่รักนั้นก็ตัณหาอุปาทานนั่นแหละสร้างขึ้นมา สร้างขึ้นมาจากอะไร ก็สร้างขึ้นมาจากอวิชชา ความไม่รู้สัจจะคือความจริง สร้างขึ้นมาจากโมหะ คือความหลง สร้างขึ้นมาจากมิจฉาทิฏฐิ ความเห็นผิด อันมีลักษณะเป็นจิตวิปลาส สัญญาวิปลาส ทิฏฐิวิปลาสดังกล่าวมาแล้ว ก็คือมีจิตคิด มีสัญญาความกำหนดหมาย มีทิฏฐิความเห็นในสิ่งที่ไม่เที่ยงว่าเป็นของเที่ยง ในสิ่งที่เป็นทุกข์ว่าเป็นสุข ในสิ่งที่เป็นอนัตตาว่าเป็นอัตตา ในสิ่งที่อสุภะไม่งามว่างามนั้นเอง นี้เองเป็นเครื่องสร้างว่าสิ่งนี้น่ารักสิ่งนี้น่าชังขึ้นในใจ และแม้อัตตาคือตนเองที่ออกไปยึดถือดั่งนั้น เมื่อพิจารณาดูแล้วก็ย่อมจะเห็นว่า อัตตาคือตัวเราที่ออกไปยึดนั้นก็ไม่ใช่อื่นไกลคืออวิชชาความไม่รู้ ตัณหาความดิ้นรนทะยานอยาก และอุปาทานความยึดถือนั้นเอง ทั้งสามนี้เมื่อมารวมกันเป็นอัตตาคือตัวเรา ตัวเรานี้เมื่อออกไปรู้สิ่งอันใด สิ่งอันนั้นหรือว่าความรู้อันนั้นก็เป็นอวิชชา เมื่อมีความอยากในสิ่งอันใด ยึดในสิ่งอันใด ความอยากความยึดในสิ่งเหล่านั้นก็เป็นตัณหาอุปาทานทั้งนั้น เมื่อเป็นดั่งนี้จึงเป็นการสร้างทุกข์ให้ต่าง ๆ ดังที่กล่าวมาแล้ว ไม่อาจที่จะพ้นไปจากความทุกข์ได้ และมิใช่แต่เท่านั้น ก็ไม่อาจที่จะพ้นจากชาติทุกข์ ชราทุกข์ และมรณทุกข์ได้ด้วย



เกิดปัญญาหรือวิชชา

ฉะนั้น การที่ใช้ปัญญาพิจารณาตามพระธรรมคำสั่งสอนของพระพุทธเจ้าให้เกิดความรู้แจ้งเห็นจริง อันเป็นตัวปัญญาหรือตัววิชชาบังเกิดขึ้น จนมีจิตใจคิด มีทิฏฐิเห็น มีสัญญากำหนดหมาย ในสิ่งที่ไม่เที่ยงว่าไม่เที่ยง ในสิ่งที่เป็นทุกข์ว่าเป็นทุกข์ ในสิ่งที่เป็นอนัตตาว่าเป็นอนัตตา ในของที่ไม่งามว่าไม่งามตามความเป็นจริงดังนี้แล้ว จิต สัญญา ทิฏฐิดังกล่าวมานี้ก็เป็นปัญญาเป็นวิชชาขึ้น เมื่อเป็นดังนี้คิดถึงสิ่งอันใด กำหนดหมายถึงสิ่งอันใด เห็นสิ่งอันใด สัจจะคือความจริงในสิ่งอันนั้นก็ปรากฏขึ้นว่า นี่ไม่เที่ยง นี่เป็นทุกข์ นี่เป็นอนัตตา นี่เป็นของไม่งาม เมื่อสัจจะคือความจริงปรากฏขึ้นดังนี้ ตัณหาก็ไม่เกิดขึ้นในสิ่งอันนั้น อุปาทานคือความยึดถือก็ไม่เกิดในสิ่งอันนั้น เป็น

ความปล่อยวางบังเกิดขึ้น นี่แหละเป็นตัวปัญญา และความสงบตั้งต้นจากความสงบจากจิตวิปลาส ทิฏฐิวิปลาส สัญญาวิปลาส หรือว่าอวิชชา โมหะ มิจฉาทิฏฐิ สงบตัณหา สงบอุปาทาน เป็นอุปสมะ ความสงบระงับ ความสันติ เป็นความสงบอย่างยิ่ง อันบังเกิดขึ้นจากปัญญาและอันนี้แหละเป็นวิมุตติอันเป็นความหลุดพ้นจากกิเลสและกองทุกข์ แม้ว่าจะเป็นกุปปธรรมคือธรรมที่ยังกำเริบอยู่ หมายความว่ายังกลับกลอกเปลี่ยนแปลงได้ก็ตาม แต่เมื่อหัดพิจารณาให้ได้ให้ถึงบ้างแล้ว ย่อมจะเป็นปัจจัยที่จะให้อบรมเพิ่มเติมมากขึ้น และถ้าหากว่าถ้าหัดปฏิบัติให้ได้ให้ถึงมากแล้ว ก็ให้หัดย้อนระลึกถึงอุปสมะ คือความสงบระงับ สันติคือความสงบ ด้วยปัญญาดังกล่าวนี้ ว่ามีลักษณะอาการอย่างนี้อยู่เนือง ๆ ก็จะทำให้มีความคุ้นเคยต่อความสงบระงับเหล่านี้ยิ่งขึ้น จะเป็นทางให้เข้าถึงความสงบระงับดับนี้มากยิ่งขึ้นในโอกาสต่อ ๆ ไป



ถอนความเมา กำจัดความกระหาย

วันนี้จะแสดงอธิบายอุปสมะ ความเข้าไปสงบระงับในขั้นวิมุตติ ความหลุดพ้นอันเป็นผลของศีล สมาธิ ปัญญานั้น

ความสงบระงับอันเป็นวิมุตติความหลุดพ้นนี้ ที่ท่านแสดงลักษณะไว้เป็นอย่างสูงว่า

"ยทิทํ มทนิมฺมทโน **ถอนความเมา**
ปิปาสวินโย **กำจัดความกระหาย"**

และมีลักษณะที่ท่านแสดงไว้ต่อไปอีก แต่ในวันนี้จะแสดงอธิบายลักษณะที่ท่านอธิบายไว้ในสองคำนี้

ถอนความเมา

คำแรก *"มทนิมฺมทโน ความถอนความเมาหรือเครื่อง*

ถอนความเมา หรือธรรมเป็นที่ถอนความเมา" ความเมานั้นย่อมมีสองอย่าง คือ เมาทางกายอย่างหนึ่ง เมาทางใจอย่างหนึ่ง เมาสุรายาเสพย์ติดให้โทษต่าง ๆ เป็นความเมาทางกาย ความเมาทางใจนั้นย่อมมีอยู่เป็นอันมาก เป็นต้นว่าความเมาในวัย คือมัวเมาเลินเล่อเผลอเพลินอยู่ว่าเรายังอยู่ในวัยหนุ่มสาวยังอยู่ในวัยที่แข็งแรง เมาในความไม่มีโรค คือมัวเมาเลินเล่อเผลอเพลินอยู่ว่าเรามีร่างกายที่มีอนามัยดี ไม่มีโรคภัยเบียดเบียน เมาในชีวิต คือมีความเมาเลินเล่อเผลอเพลินอยู่ในชีวิต โดยไม่ได้นึกถึงความตายว่าจะบังเกิดมี เมาในสมบัติ คือความพรั่งพร้อมด้วยลาภยศสรรเสริญสุขทั้งหลาย เหล่านี้เป็นความเมาทางใจแต่ละอย่าง

อันความเมาทางใจนี้เป็นสิ่งที่สำคัญมาก เมื่อมัวเมาเลินเล่อเผลอเพลินอยู่แล้ว ย่อมขาดสติ ขาดปัญญา ตกอยู่ในความเป็นผู้ประมาท อาจที่จะประกอบกรรมที่ชั่วที่ผิดต่าง ๆ ได้ ทางพระพุทธศาสนาจึงได้ตรัสสอนให้ปฏิบัติเพื่อสงบความเมาทางใจนี้ เป็นต้นว่าตรัสสอนให้พิจารณาเนือง ๆ ว่า เรามีความแก่เป็นธรรมดาไม่ล่วงพ้นความแก่ไปได้ เพื่อเป็นเครื่องสงบความเมาในวัย ตรัสสอนให้พิจารณาเนือง ๆ ว่าเราจะต้องมีพยาธิ คือความเจ็บไข้เป็นธรรมดาไม่ล่วงพ้นความเจ็บไข้ไปได้ เป็นเครื่องสงบความเมาในความไม่มีโรค ตรัสสอนให้พิจารณา

เนือง ๆ ว่าเรามีความตายเป็นธรรมดาไม่ล่วงพ้นความตายไปได้ เป็นเครื่องสงบความเมาในชีวิต ตรัสสอนให้พิจารณาเนือง ๆ ว่าเราจะต้องพลัดพรากจากของรักของชอบใจทั้งสิ้น เป็นเครื่องสงบความเมาในลาภยศสรรเสริญสุขอันเป็นสมบัติคือความพรั่งพร้อมทั้งหลาย การหมั่นพิจารณาเนือง ๆ ดังนี้ก็เป็นสติหรือเป็นอนุสสติคือความระลึกถึงแก่เจ็บตาย ระลึกถึงความพลัดพรากแต่ละอย่าง และนอกจากนี้ยังได้ตรัสสอนให้ใช้ปัญญาพิจารณาขันธ์เป็นที่ยึดถือทั้งห้าประการนี้ย่นลงก็เป็นนามรูป ว่าเป็นอนิจจะ ไม่เที่ยง ทุกขะ เป็นทุกข์ อนัตตา เป็นอนัตตาไม่ใช่อัตตาตัวตน ก็เพื่อเป็นเครื่องสงบความเมาในขันธ์ทั้งห้าหรือในนามรูปอันนี้

การปฏิบัติเหล่านี้ก็นับเนื่องอยู่ในศีล สมาธิ ปัญญา ดังแสดงแล้วทั้งนั้น และเมื่อศีลสมาธิปัญญาซึ่งได้ปฏิบัติอบรมย่อมเป็นเครื่องสงบความเมาให้หมดไปได้โดยลำดับ จนเป็นผู้สร่างเมา เมื่อสร่างเมาขึ้นมาแม้จะมีความเมาอยู่บ้าง แต่ไม่ใช่เมาจนหมดสติยังมีสติอยู่บ้าง สร่างความเมาขึ้นมาก็ย่อมจะมองเห็นสัจจะคือความจริง ความจริงตามคติธรรมดา แก่ เจ็บ ตาย และความพลัดพราก ตลอดจนถึงความจริงที่เป็นสัจจะ ก็คติธรรมดานั้นแหละอันสูงขึ้นไป รวมเป็นทุกขสัจจะ สภาพที่จริงคือทุกข์ มองเห็นขันธ์เป็นที่ยึดถือทั้งห้าประการ หรือนามรูปอัน

นี้ว่าเป็นตัวทุกข์ เพราะตกอยู่ในลักษณะแห่งความไม่เที่ยง ความเป็นทุกข์ ความเป็นอนัตตา เมื่อเป็นดังนี้จิตใจก็จะสว่างไสวขึ้น สงบขึ้น เพราะได้เริ่มมองเห็นความจริง แต่ว่าเพียงสร่างเมา ครั้นได้ปฏิบัติอบรมในศีลสมาธิปัญญายิ่ง ๆ ขึ้นไปจนหายเมา หมดความเมา เป็นผู้มีปัญญาคือความรู้ทั่วถึงเต็มที่ มีวิมุตติ ความหลุดพ้นเต็มที่ ย่อมจะพ้นจากความทุกข์ทั้งหมดความยึดถือเกี่ยวเกาะทั้งหมด เพราะเป็นผู้หายเมาด้วยประการทั้งปวง มีสติเต็มที่ มีปัญญาเต็มที หรือกล่าวอีกอย่างหนึ่งมีวิชชาวิมุตติ เมื่อเป็นดังนี้แล้วจึงเป็นจิตใจที่เต็มไปด้วยความรู้ความพ้น เป็นจิตใจที่สว่างแจ่มใส เป็นจิตใจที่สงบเย็นอย่างยิ่ง ลักษณะดังกล่าวนี้ ผู้ปฏิบัติในศีลสมาธิปัญญามา แม้ว่าจะยังไม่มากนัก แต่ว่าได้พบกับผลของศีล สมาธิ ปัญญาขึ้นบ้างแล้ว ย่อมจะพบกับความสร่างเมาแห่งจิตใจไม่น้อยก็มาก อันมีลักษณะที่ประกอบไปด้วยสติ ปัญญา ความพ้น ความสงบดังกล่าว และเมื่อปฏิบัติในศีลสมาธิปัญญามากขึ้นเพียงใด ก็จะพบกับความสร่างเมาของจิตใจมากเข้าเท่านั้น และจะพบกับความบริสุทธิ์ของจิตใจและความสงบของจิตใจมากเข้าเท่านั้น และก็ให้นึกคาดดูว่า เมื่อหายเมาด้วยประการทั้งปวงแล้ว จิตบริสุทธิ์อย่างยิ่ง จะเป็นจิตที่เต็มไปด้วยสติปัญญาเต็มไปด้วยความสงบ ความเย็นเพียงใด ลักษณะดังกล่าวนี้รวมอยู่ในคำว่าสันติและอุปสมะความสงบระงับหรือความสงบ

กำจัดความกระหาย

อีกลักษณะหนึ่ง **"ปิปาสวินโย กำจัดความกระหาย"** ความกระหายในที่นี้หมายถึงความกระหายทางใจ เพราะว่าความกระหายก็มีสองอย่างเหมือนกัน คือความกระหายทางกาย เช่นความหิวกระหายในอาหาร ต้องการที่จะบริโภค หรือว่าในน้ำดื่ม ต้องการที่จะดื่มน้ำ ความกระหายทางใจหมายถึงความกระหายในกามทั้งหลาย กามนั้นมีสองอย่าง คือ กิเลสกาม กิเลสที่เป็นเหตุให้ใคร่ให้ปรารถนาต้องการ เช่น ราคะ ความติดใจยินดี วัตถุกาม พัสดุที่น่าใคร่น่าปรารถนาน่าพอใจ อันได้แก่รูป เสียง กลิ่น รส และโผฏฐัพพะสิ่งที่กายถูกต้อง กามทั้งสองย่อมประกอบกันอยู่ กิเลสกามเป็นต้นว่าราคะความติดใจยินดีย่อมปรากฏในรูปที่ตาเห็น ในเสียงที่หูได้ยิน ในกลิ่นที่จมูกได้ทราบ ในรสที่ลิ้นได้ทราบ ในสิ่งที่กายถูกต้องซึ่งกายได้ถูกต้อง ฉะนั้น รูปเป็นต้น เหล่านี้จึงได้เป็นกามขึ้นมา เรียกว่าเป็นพัสดุกามหรือวัตถุกาม วัตถุหรือพัสดุที่น่าใคร่น่าปรารถนาน่าพอใจทั้งหลาย และเมื่อพูดว่ากามโดยปรกติ ก็หมายถึงทั้งสองอย่างนี้ประกอบกันอยู่ แต่ว่าบางทีก็หมายถึงวัตถุกาม คือวัตถุที่น่าใคร่น่าปรารถนาน่าพอใจ ดังในที่นี้ความกระหายอันหมายถึงความกระหายในกามทั้งหลาย ความกระหายนั้นก็กล่าวได้ว่ากิเลสกาม คือเป็นกิเลสที่เกิดขึ้นในใจ อันเป็นเหตุให้ใคร่ให้ปรารถนาให้กระหายในกามทั้งหลาย ก็คือในพัสดุกาม คือในรูป เสียง

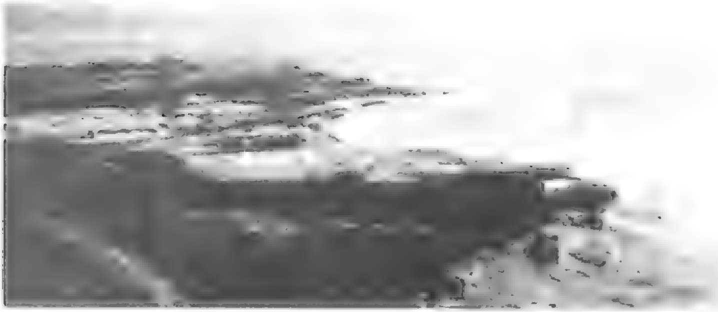
กลิ่น รส โผฏฐัพพะที่น่าใคร่น่าปรารถนาน่าพอใจทั้งหลาย จิตที่มีความกระหายอยู่ในกามทั้งหลาย ย่อมเป็นจิตที่ดิ้นรนกวัดแกว่งกระสับกระส่าย เป็นจิตที่ร้อน เป็นจิตที่ไม่สงบ เป็นจิตที่เศร้าหมองและทั้งประกอบด้วยความทุกข์ต่าง ๆ

อันความเดือดร้อนไม่สงบทั้งหลายความทุกข์ทั้งหลายย่อมเกิดเพราะความกระหายในกามทั้งหลายอยู่เป็นอันมาก และอาการที่เป็นความกระหายนี้มีลักษณะที่ต้องการจะได้ มีลักษณะที่หวงแหน มีลักษณะที่ไม่อิ่มไม่เต็มไม่พอเพราะว่าต้องการอยู่เสมอ ต้องการรูปที่น่าใคร่ปรารถนาน่าพอใจ ครั้นได้รูปอันนี้มาแล้วก็ต้องการรูปอีกอันหนึ่งใหม่อันเป็นที่น่าใคร่น่าปรารถนาน่าพอใจ ต้องการเสียงอันนี้ที่น่าใคร่น่าปรารถนาน่าพอใจ และต้องการเสียงอันอื่น ๆ ที่น่าใคร่น่าปรารถนาน่าพอใจ ได้หนึ่งก็อยากได้สอง ได้สองก็อยากได้สาม ดังนี้เป็นต้น และยิ่งปล่อยตามใจที่กระหายดังนี้ ความกระหายก็ยิ่งมาก เพราะฉะนั้นจึงปรากฏว่ามีความไม่อิ่มไม่เต็มไม่พออยู่เสมอ จึงได้มีพระพุทธภาษิตตรัสไว้ว่า *"ผู้มีความกระหายในกามทั้งหลายนี้แม้จะได้ภูเขาเป็นทองคำทั้งภูเขาหนึ่งแล้วก็ยังหาพอไม่ ต้องการที่จะได้ภูเขาทองคำลูกที่สองต่อไปอีก"* ดังนี้เป็นต้น เพราะฉะนั้น จึงเป็นจิตใจที่ยากจนเพราะความไม่อิ่มไม่เต็มไม่พอ จึงเป็นจิตใจที่มีความทุกข์ ความร้อน ความกระวนกระวายด้วย

ประการทั้งปวง แต่ครั้นกำจัดความกระหายทั้งหลายไปโดยลำดับด้วยศีล สมาธิ ปัญญา ศีลนั้นก็กำจัดความกระหายในกามอย่างหยาบ คือว่า อยากได้ทรัพย์ก็ให้แสวงหาโดยทางที่ชอบ อย่าไปปล้นสะดมลักของเขา อย่าไปฆ่าเขา เมื่อมีคู่ครองก็ยินดีอยู่ในคู่ครองของตนไม่ไปนอกจิตนอกใจกัน เมื่อพูดอะไรก็พูดความจริงที่เป็นประโยชน์และถูกกาลถูกเวลา และงดเว้นจากการดื่มน้ำเมาอันเป็นฐานแห่งความประมาท ดังนี้เป็นต้น ก็เป็นอันว่าได้กำจัดความกระหายในกามทั้งหลายในทางที่ผิด เมื่อยังมีความกระหายอยู่ก็แสวงหาในทางที่ถูกที่ชอบ ไม่ละเมิดขอบเขตของศีลออกไป เมื่อปฏิบัติในสมาธิก็เป็นอันระงับในกามทั้งหลายที่บังเกิดขึ้นกลุ้มรุมจิตใจปรากฏเป็นกามฉันท์ พยาบาทเป็นต้น จะทำให้จิตใจสงบสงัดจากกามและอกุศลธรรมทั้งหลาย เมื่อปฏิบัติในปัญญาก็เป็นเครื่องกำจัดกามอย่างละเอียด ซึ่งเป็นตัณหาอุปาทานหรือว่าเป็นราคานุสัย ปฏิฆานุสัย อวิชชานุสัย หรือกามาสวะ ภวาสวะ อวิชชาสวะ ซึ่งนอนจมหมักหมมอยู่ในจิตใจ จึงทำให้จิตใจสงบจากความกระหายในกามทั้งหลายโดยลำดับ

เพราะฉะนั้น ผู้ปฏิบัติในศีล ในสมาธิ ในปัญญา แม้ปฏิบัติมาในเบื้องต้นก็ย่อมจะพบความสงบจากความกระหายในกามทั้งหลายตามภูมิตามชั้น และเมื่อเป็นดังนี้ก็เปรียบเทียบดู

ว่าเมื่อจิตใจตกอยู่ในกามทั้งหลายนั้นมีความทุกข์เพียงไร แต่เมื่อชนะใจของตัวเองได้ ชนะความกระหายได้ มีความสงบแล้ว มีความสุขเพียงไร จะรู้สึกว่าศีลเป็นสิ่งที่มีคุณค่าอันสูง เป็นขอบเขตแห่งความสงบ สมาธิก็เป็นคุณค่าอันสูง เป็นแดนแห่งความสงบ ปัญญาก็มีคุณค่าอันสูงเป็นแดนแห่งความสงบ เมื่อมาอยู่ในศีลในสมาธิในปัญญา ย่อมหายหิวหายกระหายหายพลุ่งพล่านใจ มีความสงบมีความสุขเป็นผล ความสงบความสุขที่เป็นผลพร้อมทั้งมีความอิ่ม ความเต็ม ความพอประกอบด้วยปีติปราโมทย์เป็นต้น อันเป็นผลของปฏิบัติทั้งปวงนี้ ย่อมรวมอยู่ในคำว่าความสงบอันเป็นสันติหรืออุปสมะ อันบังเกิดขึ้นจากความกำจัดในความกระหายในกามทั้งหลาย และความสงบดังกล่าวนี้ย่อมเป็นตัวความกำจัดความกระหายในกามทั้งหลายนั้นเอง เพราะฉะนั้น ก็ให้หมั่นระลึกพิจารณาตรวจดูถึงผลของการปฏิบัติในศีลสมาธิปัญญาแม้ดังที่กล่าวมา อันปรากฏเป็นความสร่างเมาหายเมา อันปรากฏเป็นความกำจัดความกระหายในกามทั้งหลาย จิตใจจึงแจ่มใส บริสุทธิ์ อิ่ม เต็ม พอ ไม่ดิ้นรนกวัดแกว่งกระวนกระวาย ไม่เร่าร้อน เหล่านี้เป็นลักษณะของสันติของอุปสมะ ที่เป็นผลของศีล สมาธิ ปัญญา ซึ่งอย่างสูงก็เป็นวิมุตติความหลุดพ้น



กำจัดอาลัย

วันนี้จะได้แสดงถึงลักษณะตามพระบาลีว่า

"อาลยสมุคฺฆาโต เป็นที่ทำลายกำจัดอาลัย"

แต่ว่าในเบื้องต้นก็ขอให้ระลึกถึงสถานที่อันสงบสงัด ถึงความสงบสงัดซึ่งมีอยู่ในโลกนี้ซึ่งทุก ๆ คนได้เคยประสบพบผ่านเช่นในป่าหรือในเรือนว่างหรือในที่ที่เคยไม่สงบ แต่เมื่อสิ่งที่ไม่สงบหายไปแล้วก็กลับเป็นความสงบอันมีอยู่ในที่ทั้งปวง ทั้งในที่ใกล้และทั้งในที่ไกล เมื่อระลึกถึงที่อันสงบระงับหรือที่อันสงบสงัดและความสงบสงัดดังกล่าว ก็ย่อมจะพบความสงบใจไม่วุ่นวายเดือดร้อนใจ นี้เป็นความสงบระงับหรือเป็นความสงบสงัดทั่ว ๆ ไป แต่เมื่อมาปฏิบัติให้ถึงความสงบสงัด ด้วยศีลอันเป็นความสงบเวรสงบภัยทั้งปวง ด้วยสมาธิอันเป็นความสงบใจ

จากอารมณ์และกิเลสอันเป็นเครื่องทำใจให้กลุ้มกลัดเดือดร้อนทั้งหลาย และด้วยปัญญาอันเป็นเครื่องทำให้เกิดความสงบระงับจากตัณหาอุปาทานทั้งหลาย ย่อมจะได้พบความสงบอันประณีตยิ่งขึ้นไปโดยลำดับ และผลของความปฏิบัติในศีลสมาธิปัญญาอันเป็นความสงบดังกล่าวนั้นก็กล่าวได้ว่าเป็นวิมุตติความหลุดพ้นตามขั้นของการปฏิบัติ คือเป็นวิมุตติในขั้นศีลก็เป็นความพ้นจากภัยเวรเป็นวิมุตติในขั้นสมาธิก็เป็นความพ้นจากอารมณ์และกิเลสที่มากลุ้มกลัดจิตใจ และเป็นวิมุตติคือความพ้นขั้นปัญญาก็เป็นความสงบจากตัณหาอุปาทานซึ่งทำให้พ้นจากความทุกข์อันเกิดขึ้นในจิตใจได้มากยิ่งขึ้น และศีลสมาธิปัญญาที่ปฏิบัติมาโดยลำดับอันให้ผลเป็นวิมุตติความหลุดพ้นตามขั้นที่กล่าวมานี้ ประมวลกันเข้าก็มีลักษณะเป็นเครื่องถายถอนความเมา เป็นเครื่องกำจัดความกระหาย เป็นเครื่องทำลายหรือว่าถอนอาลัย

อาลัยของจิตใจ

คำว่า **"อาลัย"** หมายถึงที่อาศัย มีใช้ในภาษาไทย เชนวิทยาลัย ประกอบขึ้นด้วยคำว่า **วิทย + อาลัย** รวมกันเป็นวิทยาลัย ก็แปลว่าเป็นที่อาศัยแห่งวิทยา อาลัยจึงหมายถึงที่อาศัยใช้ได้ทั้งภายนอกและภายใน อาลัยที่เป็นภายนอกนั้นก็เช่นบ้านเรือนอันเป็นที่อาศัยของร่างกายของบุคคล ก็เป็นอาลัยแต่ละ

อยาง น้ำเป็นที่อาศัยของปลาก็เรียกว่าเป็นอาลัยอย่างหนึ่ง ส่วนอาลัยที่เป็นภายในนั้นก็ได้แก่อารมณ์ และกิเลสอันบังเกิดขึ้นสืบเนื่องมาจากอารมณ์ ก็หมายถึงอารมณ์และกิเลสเป็นที่อาศัยของจิตใจอันนี้ เมื่อจิตใจอันนี้อาศัยอยู่เร้นอยู่ในอารมณ์และกิเลสอันใด อารมณ์และกิเลสอันนั้นก็ชื่อว่าเป็นอาลัยของจิตใจในข้อนี้แม้ในภาษาไทยเราก็ยังนำเอามาพูดเช่นว่า มีอาลัยอยู่ในบุคคลนั้นบุคคลนี้ อยู่ในสิ่งนั้นสิ่งนี้ ก็คือมีความหมายว่าบุคคลนั้นบุคคลนี้ หรือสิ่งนั้นสิ่งนี้เป็นที่รักผูกพันอยู่ในจิตใจ จิตใจจึงอาศัยอยู่จึงติดอยู่ เร้นอยู่ในบุคคลนั้นในสิ่งอันนั้น และเมื่อเป็นดังนี้จึงชื่อว่ามีอาลัย และหากว่าต้องพลัดพรากจากกันก็ยอมมีความเศร้าโศก มีความทุกข์ระทมต่าง ๆ ก็เพราะมีอาลัยดังกล่าว บุคคลสามัญทั่วไปย่อมมีอาลัยดังกล่าวนี้อยู่ในสิ่งอันเป็นที่รักทั้งหลาย และก็ย่อมมีความทุกข์อยู่เพราะความอาลัยดังกล่าวมานี้มากหรือน้อย บุคคลหรือสิ่งอันจะเป็นเหตุให้เกิดอาลัยนั้นโดยตรงก็เป็นบุคคลหรือสิ่งอันเป็นที่รักนั้นเอง หรือว่าเป็นบุคคลหรือสิ่งที่ทำให้บังเกิดความสุข เช่นว่าอยู่ในที่ใดมีความสุขก็ย่อมจะติดในที่นั้น อาลัยอยู่ในที่นั้นเพราะเหตุแห่งความสุข ดังนี้ก็เป็นเหตุอีกประการหนึ่งที่ทำให้เกิดความอาลัยก็รวมความว่า ความรักความชอบอันเกิดขึ้นเพราะเหตุที่ได้รับความสุขโสมนัส หรือเพราะเหตุอื่นอันใดอันหนึ่งก็ตาม ก็เป็นเหตุให้เกิดอาลัยได้ทั้งนั้น

อาลัยดังกล่าวมานี้ เมื่อรวมเข้าแล้วก็ไม่พ้นไปจากกามคุณทั้งห้า คือ รูป เสียง กลิ่น รส โผฏฐัพพะ ที่น่าใคร่น่าปรารถนาน่าพอใจทั้งหลาย ดังกล่าวในข้อที่ว่าด้วยกำจัดความกระหายนั้นเอง เพราะความกระหายนั้นก็หมายถึงกระหายในรูปเสียงเป็นต้น อันเป็นที่น่ารักใคร่น่าปรารถนาน่าพอใจ แต่ในที่นี้มุ่งลักษณะเป็นอาลัยคือเป็นที่อยู่อาศัยซึ่งแสดงถึงความติดความผูกพัน เพราะว่าเป็นที่อยู่อาศัยจึงเรียกว่าอยู่ด้วยกันเหมือนอย่างว่าอาศัยอยู่ในบ้านก็คือว่าอยู่ด้วยกันในบ้าน อันแสดงถึงความผูกพันหรือความติดพันอย่างใกล้ชิด ลักษณะที่เรียกว่าเป็นอาลัยก็ย่อมเป็นเช่นนั้น

ถอนอาลัยด้วยศีล สมาธิ ปัญญา

เพราะฉะนั้น เมื่อยังถอนอาลัยไม่ได้ก็ยังถอนความทุกข์ทั้งปวงไม่ได้ เมื่อประสงค์จะถอนความทุกข์ทั้งปวงก็ต้องถอนอาลัยทำลายอาลัยนี้ให้สิ้นไปโดยลำดับ ด้วยศีลด้วยสมาธิด้วยปัญญา การถอนโดยลำดับนี้ก็เป็นการที่ทำให้พบความพ้นทุกข์ไปได้โดยลำดับเช่นเดียวกัน อาลัยอย่างหยาบย่อมจะทำให้ละเมิดศีล เมื่อละอาลัยอย่างหยาบได้ก็รักษาศีลได้ อาลัยอย่างกลางก็ทำให้ใจไม่เป็นสมาธิ เพราะเมื่อใจหมกมุ่นอยู่ในอาลัยต่าง ๆ คือในสิ่งที่ผูกพันใจอันหมายความว่า เมื่อจิตใจนี้ยังอยู่ในอาลัยก็มาอยู่ในอารมณ์ของสมาธิไม่ได้ เมื่อจิตใจออกจาก

อาลัยได้จึงจะมาอยู่ในอารมณ์ของสมาธิได้ คือเมื่อจิตใจนี้อยู่กับอารมณ์มีรูปเสียงเป็นต้น ที่น่ารักใคร่ปรารถนาพอใจทั้งหลาย ครุ่นคิดอยู่แต่เรื่องเหล่านี้ เรื่องรูปบ้าง เรื่องเสียงบ้าง ที่เป็นบุคคลบ้าง เป็นวัตถุบ้าง เป็นการงานบ้าง ฉะนั้น ก็ชื่อว่ายังมีเรื่องเหล่านั้นเป็นอาลัยคืออยู่กับเรื่องเหล่านั้น มีความสุขความพอใจอยู่กับเรื่องเหล่านั้น ครั้นพรากใจออกมาจากเรื่องเหล่านั้นเข้ามาสู่อารมณ์ของสมาธิ จิตใจก็จะอยู่ไม่ได้จะต้องวิ่งกลับไปหาอาลัย ฉะนั้น ท่านจึงมีเปรียบเหมือนอย่างว่าปลาที่อยู่ในน้ำเมื่อจับขึ้นจากน้ำมาวางไว้บนบก ปลาก็จะดิ้นเพื่อจะลงน้ำฉันใดก็ดี เมื่อนำจิตออกจากอาลัยมาตั้งไว้ในอารมณ์ของสมาธิ จิตก็จะดิ้นกลับไปสู่อาลัย ฉะนั้น จึงจำเป็นที่จะต้องใช้ความเพียรใช้สตินำจิตมาตั้งอยู่ในอารมณ์ของสมาธิใหม่ จนจิตได้ความสุขจากสมาธิขึ้นบ้าง จิตจึงจะมาตั้งอยู่ในอารมณ์ของสมาธิได้ดีขึ้น ก็แสดงว่าจะต้องกำจัดอาลัยอย่างกลาง สงบอาลัยอย่างกลาง จึงจะทำสมาธิได้

อาลัยอย่างละเอียดก็คือตัณหาอุปาทานนั้นเอง และโดยเฉพาะตัณหาอุปาทานนี้ก็เป็นความอยากเป็นความยึดอยู่ในขันธ์ที่เป็นที่ยึดถือทั้งห้าประการนี้ คือในกายและใจนั้นเองของทุก ๆ คน ฉะนั้น จึงมีความอยากยึดอยู่ในขันธ์อันเป็นที่ยึดถือทั้งห้านี้ หรือในนามรูป หรือว่ากายใจอันนี้ ฉะนั้น เมื่ออบรมปัญญาที่

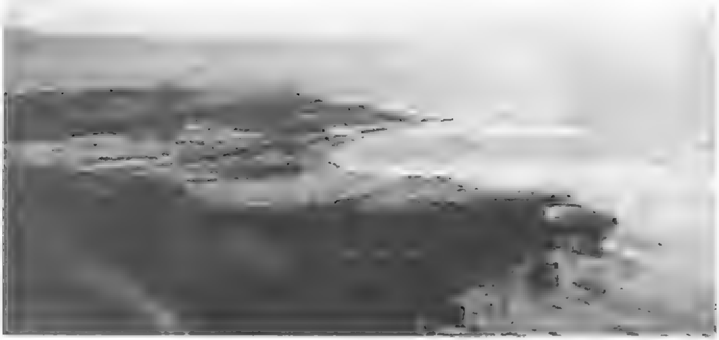
ตรัสให้พิจารณาให้เห็นลักษณะคือกำหนดหมายอันแท้จริงของขันธ์ห้า ว่าไม่เที่ยง เป็นสิ่งเกิดดับ เป็นทุกข์ มีความแปรปรวนเปลี่ยนแปลงไปเป็นธรรมดา เป็นอนัตตาไม่ใช่ตัวตนบังคับให้เป็นไปตามปรารถนาไม่ได้ เมื่อพิจารณาดังนี้ตัณหาอุปาทานก็จะแย้งอยู่เสมอว่า ที่ว่าไม่เที่ยงนั้นก็รู้สึกอยู่ว่าเที่ยง ที่ว่าเป็นทุกข์นั้นก็รู้สึกอยู่ว่าสุข ที่ว่าเป็นอนัตตานั้นก็รู้สึกว่าเป็นอัตตาตัวตน เมื่อเป็นดังนี้ก็แปลว่าปัญญายังไม่เกิด เพราะว่ายังอาศัยอยู่กับอาลัยอย่างละเอียดก็คือตัณหาอุปาทานนั้นเอง ประกอบด้วยอวิชชาคือความไม่รู้ จึงยังเห็นยืนยันอยู่ว่าเที่ยง เป็นสุข เป็นอัตตาคือตัวตน นี่แหละเป็นอาลัยอย่างละเอียดซึ่งยากที่จะถอนได้ แต่เมื่ออาศัยใช้ปัญญาพิจารณาอยู่บ่อย ๆ ในเบื้องต้นก็ตามสัญญาคือความกำหนดหมาย ตามคำสั่งสอนของพระพุทธเจ้า และกำหนดหมายลงดูที่ขันธ์ห้าหรือว่านามรูปอันนี้ เมื่อกำหนดหมายดูบ่อย ๆ ดังนี้ อาการที่ไม่เที่ยงของขันธ์ห้า อันปรากฏอยู่เป็นประจำก็ย่อมจะปรากฏให้เห็น อาการที่เป็นทุกข์ของขันธ์ห้าก็จะปรากฏให้เห็น อาการที่เป็นอนัตตาของขันธ์ห้า ก็จะปรากฏให้เห็นเพราะเป็นอาการที่มีอยู่ที่เป็นไปอยู่ทุกขณะอันไม่อาจจะปกปิดได้ อาการที่ไม่เที่ยงก็ไม่เที่ยงอย่างเปิดเผยไม่ใช่ปกปิด ดังจะพึงเห็นได้ว่าเป็นสิ่งที่มีเกิดมีดับอยู่เป็นธรรมดา เมื่อเกิดดับก็มองเห็นไม่ใช่เกิดดับอย่างปกปิด อาการที่เป็นทุกข์ต่าง ๆ ที่แปรปรวนเปลี่ยนแปลงไปต่าง ๆ ก็เป็นทุกข์อย่างปรากฏให้

เห็นไม่ใช่ปกปิด อาการที่เป็นอนัตตาเอาจำเพาะข้อเดียวว่าบังคับให้เป็นไปตามปรารถนาไม่ได้ ก็เปิดเผยให้เห็นว่าบังคับไม่ได้ตามปรารถนาไม่ปกปิด ดังจะพึงเห็นได้ว่าความไม่เที่ยงความเป็นทุกข์ความเป็นอนัตตานี้ได้มีอยู่แก่ตนเองด้วย ได้มีอยู่แก่บุคคลผู้อื่นด้วยทุกคนไม่มียกเว้น และมีอยู่เป็นอันมาก ความไม่เที่ยงความเป็นทุกข์ความเป็นอนัตตาปรากฏให้เห็นอยู่ในปัจจุบัน และความไม่เที่ยงความเป็นทุกข์ความเป็นอนัตตาที่ปรากฏเป็นความแก่ความเจ็บความตายก็ปรากฏแก่ทุก ๆ คนและทุก ๆ เวลา เป็นสิ่งที่มองเห็นกันอยู่

เพราะฉะนั้น ลักษณะที่ไม่เที่ยงเป็นทุกข์เป็นอนัตตานี้จึงเป็นลักษณะที่เปิดเผยไม่ซ่อนเร้นอยู่อย่างใดทั้งสิ้น และปรากฏอยู่ทุกขณะ แต่การที่ไม่มองเห็นนั้นก็เพราะยังมีเครื่องปิดบังคืออวิชชา ตัณหา อุปาทานในจิตใจนั้นเอง อันทำให้มีตามืดมัวมองไม่เห็นหรือมองเห็นผิดไปเป็นอย่างอื่น ฉะนั้น เมื่อหมั่นพิจารณาอยู่เนือง ๆ อาศัยสัญญาอยู่เป็นเบื้องต้น กำหนดทำอนิจจสัญญา กำหนดหมายว่าไม่เที่ยง ทุกขสัญญา กำหนดหมายว่าเป็นทุกข์ อนัตตสัญญา กำหนดหมายว่ามิใช่ตัวตน ในขันธ์ห้านี้ หรือรวมในนามรูปนี้ หมั่นพิจารณาเนือง ๆ แล้ว อาการที่ไม่เที่ยงเป็นทุกข์เป็นอนัตตาจะปรากฏขึ้นโดยลำดับ เพราะว่า เมื่อปฏิบัติอบรมปัญญาอยู่เนือง ๆ เช่นนี้แล้ว ดวงตา

ที่เคยมืดมัวนั้นก็จะสว่างขึ้น เพราะการปฏิบัติดังนี้เป็นการอบรมปัญญา สร้างดวงตาปัญญาหรือว่าล้างตาที่มืดมัวนั้น หรือว่ารักษาตาที่มืดมัวนั้นให้ดีขึ้น ก็จะมองเห็นขึ้นโดยลำดับ เมื่อเป็นดังนี้แล้วก็จะถอนตนออกจากอาลัย คือความยึดถือออกได้โดยลำดับ และเมื่อถอนออกมาได้เพียงใดก็จะพบกับความพ้นทุกข์ได้เพียงนั้น อันนี้แหละเรียกว่า **อาลยสมุคฺฆาตธรรม** คือธรรมที่เป็นเครื่องถอนเป็นเครื่องทำลายอาลัย และถอนได้แม้เพียงขั้นที่ปฏิบัติอบรมศีลสมาธิปัญญาสามัญยังให้เกิดสุขพ้นความทุกข์ได้เพียงนี้ ถ้าหากว่าถอนให้หมดสิ้นจะเป็นความสงบอันเป็นความสุขเพียงไหน

ฉะนั้น หมั่นระลึกถึงธรรมอันเป็นที่ถอนเป็นที่ทำลายอาลัยอยู่เสมอ ก็เรียกว่าเป็นการปฏิบัติทำอุปสมานุสสติ ระลึกถึงธรรมอันเป็นที่สงบระงับหรือสันติอีกข้อหนึ่ง ทำใจให้มีความผาสุกสงบ



ตัดวัฏฏะ

วันนี้จะได้แสดงลักษณะของความสงบระงับที่เป็นวิมุตติคือความหลุดพ้นตามลักษณะที่แสดงไว้ว่า

"วฏฺฏปจฺเฉโท เป็นที่เข้าไปตัดวัฏฏะ"

พึงเข้าใจว่า ที่ชื่อว่าอุปสมะหรือสันติคือความสงบระงับนั้นย่อมมีอยู่สองอย่าง คือที่เป็นผลและที่เป็นเหตุ ความสงบระงับเป็นผล แต่ว่าก่อนที่จะพบความสงบที่เป็นผลนี้ก็จะต้องกล่าวว่า สงบจากอะไร คืออะไรทำให้ไม่สงบก็สงบจากสิ่งนั้น ความสงบจากสิ่งที่ทำให้ไม่สงบนั้นเป็นส่วนเหตุ ฉะนั้น เมื่อกล่าวว่าความสงบระงับจึงต้องหมายถึงความสงบระงับที่เป็นส่วนเหตุคือความสงบจากอะไร อันทำให้ไม่สงบระงับนั้นก่อนด้วยแล้ว ความสงบระงับที่เป็นผลจึงจะบังเกิดขึ้น แต่การแสดง

ลักษณะของความสงบระงับที่บังเกิดขึ้นแม้ที่เป็นส่วนผลนั้น เพื่อส่องความให้ชัดก็ต้องยกเอาส่วนเหตุมาประกอบไว้ด้วย อย่างคำว่า **"เข้าไปตัดวัฏฏะ"** นี้เป็นส่วนเหตุ เพราะว่าเมื่อยังมีวัฏฏะก็ต้องมีความไม่สงบระงับ เมื่อตัดวัฏฏะเสียได้จึงจะเกิดความสงบระงับ ฉะนั้น เพื่อที่จะเกื้อกูลแก่การปฏิบัติจึงนำคำว่าตัดวัฏฏะเข้ามาแสดงในความสงบระงับที่เป็นส่วนผลด้วย เพื่อชี้ให้เข้าใจไปถึงเหตุว่าเกิดจากการตัดวัฏฏะเสียได้

สังสารวัฏ

"วัฏฏะ" นั้น แปลว่าวน ใช้คำเดียวว่า วัฏฏะ ก็มี ใช้คู่กับคำว่าสังสาระคือสังสารวัฏหรือวัฏสงสาร คำว่าสังสาระหรือสงสารนั้น แปลว่าการท่องเที่ยวไป สังสารวัฏหรือวัฏสงสารก็คือการท่องเที่ยวไปด้วยอาการที่วน คือวนเวียน อันการท่องเที่ยวไปโดยอาการที่วนนี้ ถ้านึกดูถึงภาพแห่งการเดินวนหรือว่าวิ่งวนก็ย่อมจะเห็นว่า เป็นการที่เวียนอยู่เป็นวงกลม หรือว่าเวียนกลับมาสู่ที่เก่านั้นเอง ไม่ออกไปข้างไหน ลักษณะที่เป็นการท่องเที่ยวโดยอาการที่วนเวียน คือ กลับมาสู่ที่เก่าแล้วก็เวียนมาสู่ที่เก่าดังนี้คือสังสารวัฏ หรือวัฏสงสาร อธิบายตามที่เข้าใจกันเป็นส่วนมากก็คือการท่องเที่ยวเวียนเกิดตายอันหมายความว่า เกิด แก่ ตาย แล้วก็เกิดอีก แล้วก็ แก่ ตาย แล้วก็เกิดอีก เวียนเกิดเวียนตายอยู่ดังนี้ในชาติทั้งหลายเป็นอเนกคือเป็นอันมาก ก็

แหละการท่องเที่ยวเวียนเกิดตายในชาติทั้งหลายเป็นอันมาก เป็นมนุษย์บ้าง เป็นเทพบ้าง เป็นพรหมบ้าง หรือว่าตกอบายคือ เป็นสัตว์นรก สัตว์เดรัจฉาน เป็นเปรต เป็นอสุรกาย คือพวกผี ต่าง ๆ บ้าง ตามหลักพระพุทธศาสนาแสดงว่า เป็นไปตาม กรรมคือการงานที่กระทำ กระทำดีก็เป็นชนกกรรมให้เกิดใน ชาติที่ดี เป็นมนุษย์เป็นเทพเป็นพรหม ตามควรแก่กรรมดีที่ กระทำ กระทำกรรมชั่วก็เป็นชนกกรรมให้เกิดในอบาย เป็น สัตว์นรกสัตว์เดรัจฉานเป็นต้น และผู้ที่ยังไม่บรรลุมรรคผลแม้ ในชั้นต้นคือยังไม่เป็นพระโสดาบันบุคคล เรียกว่ายังเป็นปุถุชน อยู่ ก็เป็นอนิยตคือมีคติที่ไม่แน่ เพราะยังมีกิเลสหนาแน่น อาศัยความไม่ประมาทในบางครั้งก็กระทำกรรมดี อาศัยความ ประมาทในบางคราวก็กระทำกรรมชั่ว เพราะฉะนั้นจึงอาจจะ ท่องเที่ยวไปเวียนวนอยู่ในสุคติก็ได้ในทุคติก็ได้ แต่ว่าจะไปเกิด ชาติภพใดก็ตามก็ต้องเกิดแก่ตายทั้งนั้น ต่างกันแต่เร็วหรือช้า เท่านั้น ก็ตกว่าต้องท่องเที่ยววนเวียนไปเกิดแก่ตายในชาติภพ ทั้งหลายตามกรรมที่กระทำไว้ นี้แหละคือสังสารวัฏหรือวัฏสงสาร สัตว์ทั้งหลายรวมทั้งบุคคลและสัตว์เดรัจฉานหรือแม้โอปปาติกะ สัตว์ผู้เกิดผุดขึ้นทั้งหลายจะเป็นเทพก็ตาม เป็นเปรต อสุรกาย สัตว์นรกประเภทต่าง ๆ ก็ตาม ก็อยู่ในสังสารวัฏหรือวัฏสงสาร ทั้งนั้น สรุปลงแล้วก็เวียนเกิดเวียนแก่เวียนตายอยู่โดยไม่รู้จบ

ตัดกิเลส

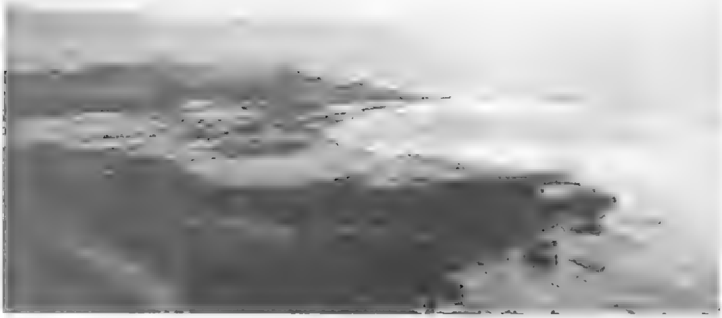
ตามหลักพระพุทธศาสนานั้นมิได้แสดงว่าจะต้องเวียนเกิดแก่ตายอยู่ดังนี้ตลอดไป แต่แสดงว่า เมื่อยังมีกิเลสก็ต้องเวียนเกิดแก่ตายอยู่ดังนี้ เมื่อสิ้นกิเลสเป็นขีณาสวะคือมีอาสวะสิ้นแล้วก็สิ้นชาติคือความเกิด เมื่อสิ้นชาติคือความเกิดก็สิ้นแก่สิ้นตาย เป็นอันตัดวัฏฏะ หรือวัฏสังสารหรือวัฏสงสาร โดยความก็คือตัดกิเลสอันเป็นตัวเหตุสำคัญก่อน และเมื่อตัดกิเลสได้ก็ตัดชาติคือความเกิดได้ เพราะว่าเมื่อตัดกิเลสได้ก็ตัดกรรมจึงไม่มีกรรมที่จะเป็นชนกกรรมเกิดอีกต่อไป ดังนี้เรียกว่าเป็นการตัดวัฏฏะ ซึ่งเป็นผลสูงสุดแห่งการปฏิบัติธรรมในพระพุทธศาสนา เรียกว่า วิมุตตินิพพาน

การตัดวัฏฏะสิ้นความวนเวียนเกิดแก่ตายดังกล่าวนี้ จะเป็นผลหรือจุดมุ่งหมายที่พึงปรารถนาอยากได้หรือไม่ปรารถนาอยากได้เพียงไรนั้นเป็นอีกส่วนหนึ่ง เพราะว่าการบรรลุถึงผลอันนี้มิได้เกิดจากความปรารถนาต้องการ แม้มีความปรารถนาต้องการจะได้จะถึงเมื่อไม่ปฏิบัติให้บรรลุถึงขีดขั้นที่จะพึงถึงก็ไม่อาจที่จะได้จะถึงได้ แต่ว่าแม้ไม่ปรารถนาต้องการ เมื่อปฏิบัติไปในทางที่มีองค์แปดประการอันย่นลงในศีล สมาธิปัญญา ถึงจะไม่ปรารถนาก็ได้ก็ถึง แต่ว่าเมื่อกล่าวตามหลักธรรมอันแท้จริงแล้ว ต้องได้ถึงด้วยความไม่ปรารถนา เมื่อยังมี

ความปรารถนาอยู่ก็หาได้หาถึงไม่ เพราะความปรารถนานั้นยังเป็นตัณหาคือความอยากได้ต้องการ เหมือนอย่างพระอานนทเถระที่แสดงว่า ในราตรีที่วันรุ่งขึ้นจะทำปฐมสังคายนานั้น ท่านยังเป็นพระเสขบุคคลคือเป็นพระโสดาบัน ยังไม่บรรลุอรหัตตผลเป็นพระอรหันตขีณาสพ แต่ว่าพระเถระที่ถูกเลือกเข้าประชุมทำปฐมสังคายนานั้นล้วนเป็นพระอรหันตขีณาสพทั้งหมด ยังแต่ท่านพระอานนท์องค์เดียวเท่านั้น ฉะนั้น ท่านพระมหากัสสปเถระผู้เป็นประธานสงฆ์ จึงได้เตือนท่านให้ปรารภความเพียรให้เต็มที่ ในราตรีก่อนที่จะถึงวันเริ่มประชุมทำปฐมสังคายนา ท่านจึงปรารภความเพียรเต็มที่แต่ก็ไม่บรรลุ จนถึงเวลาที่ท่านคิดว่าจะพัก จึงได้เอนกายลงเพื่อที่จะพัก แต่ยังไม่ทันที่จะเอนกายลงในอิริยาบถนอนเต็มที่ เรียกว่า ในระหว่างที่อยู่ในอิริยาบถทั้งสี่ก็ได้บรรลุอรหัตตผลเป็นอรหันตขีณาสพในขณะนั้น

พิจารณาดูแล้วก็จะเห็นว่า ท่านได้บำเพ็ญความเพียรมาเต็มที่แล้ว มรรคแปดท่านบำเพ็ญมาก็เรียกว่าบริบูรณ์ แต่ว่ายังมีความต้องการอันเป็นตัณหาอยู่ที่จะได้จะถึง จึงไม่ได้ไม่ถึงจนได้ แต่ในขณะที่คิดว่าจะพักเอนกายลง ก็คือว่าวางตัณหาความต้องการ พอวางตัณหาเสียเท่านั้น ความบรรลุความสำเร็จก็บังเกิดขึ้นทันที ฉะนั้น จึงกล่าวได้ว่า ตัณหานั้นเองเป็นอุปสรรคกีดกั้นอยู่ไม่ให้ได้ไม่ให้ถึง วางตัณหาเสียได้ก็ได้ก็ถึงก็สำเร็จทันที ดังนี้

เพราะฉะนั้น การบรรลุถึงมรรคผลนิพพานดังนี้ จึงมิใช่บรรลุด้วยความปรารถนาหรือไม่ปรารถนา แม้จะปรารถนาเต็มที่ก็บรรลุไม่ได้เพราะเป็นตัณหา วางความปรารถนาลงเมื่อใด เมื่อมรรคปฏิบัติสมบูรณ์อยู่แล้วก็บรรลุได้เมื่อนั้น ดังนี้ เพราะฉะนั้น ผู้ปฏิบัติแม้ว่าจะยังมองไม่เห็นว่าการบรรลุมรรคผลนิพพานจะมีประโยชน์อะไร จะมีสุขอย่างไร แม้จะยังพอใจอยู่ในความเวียนว่ายตายเกิด แต่เมื่อปฏิบัติไป ๆ เมื่อถึงขีดขั้นแล้ว การบรรลุก็จะเกิดขึ้นเอง และเมื่อกลับพิจารณาย้อนดูก็ย่อมจะรู้สึกว่า ความคิดความเห็นเป็นต้นแต่เดิมมานั้นก็มีถูกบ้างผิดบ้าง บางทีก็มีถูกมากผิดน้อย หรือถูกน้อยผิดมาก แต่ว่าอันความที่จะบรรลุถึงความสิ้นทุกข์อย่างแท้จริงนั้น จะต้องตัดการเวียนว่ายตายเกิดคือสังสารวัฏนี้ได้โดยสิ้นเชิง เมื่อยังมีความเวียนว่ายตายเกิดอยู่ก็ยังต้องทุกข์ ดังที่เราทั้งหลายสวดกันอยู่ว่า **"เกิดเป็นทุกข์ แก่เป็นทุกข์ ตายเป็นทุกข์"** และยังมีทุกข์อื่น ๆ อีกเป็นอันมาก และบรรดาทุกข์อื่น ๆ นั้นก็มาจากชาติทุกข์ ทุกข์คือความเกิดนั้นเป็นเบื้องต้นสำหรับในชีวิตหนึ่ง ๆ เมื่อยังไม่ได้ปฏิบัติศีลธรรมก็อาจจะเห็นแต่ว่าแก่เป็นทุกข์ เจ็บเป็นทุกข์ ตายเป็นทุกข์ แต่ไม่เห็นว่าเกิดเป็นทุกข์ เพราะฉะนั้นจึงเห็นว่าตายเป็นอวมงคล แต่ว่าเกิดเป็นมงคล แต่เมื่อได้ปฏิบัติธรรมแล้วก็เหมือนกัน ถ้าตายเป็นอวมงคล เกิดก็เป็นอวมงคลเหมือนกัน หรือถ้าเป็นมงคลก็เป็นมงคลด้วยกัน และเมื่อเทียบกันแล้วเกิดย่อมเป็นต้นเหตุของชีวิตอันนี้แล้วก็ต้องมีแก่มีตายไม่พ้นไปได้



กิเลส-กรรม-วิบาก

คราวนี้เมื่อจับพิจารณาถึงวัฏสังสารอย่างละเอียดเข้ามา ก็ย่อมจะจับได้ว่ามีเงื่อนสำคัญอยู่สามคือ

หนึ่ง กิเลส

สอง กรรม

สาม วิบาก

คือกิเลสเป็นเหตุให้กระทำกรรม กิเลสเป็นเหตุกรรมเป็นผล แล้วกรรมก็กลับเป็นเหตุส่งวิบากคือผล ตั้งต้นแต่วิบากขันธ์คือขันธ์ที่เป็นวิบากอันนี้ คือขันธ์ที่ได้มาพร้อมกับชาติความเกิดนี้ เป็นวิบากคือเป็นผลของกรรมเก่า กรรมจึงเป็นเหตุวิบากจึงเป็นผล แล้ววิบากก็เป็นเหตุขึ้นอีก คือเป็นเหตุก่อกิเลสขึ้นอีก โดยนัยนี้วิบากก็กลับเป็นเหตุกิเลสก็กลับเป็นผล แล้วกิเลสก็

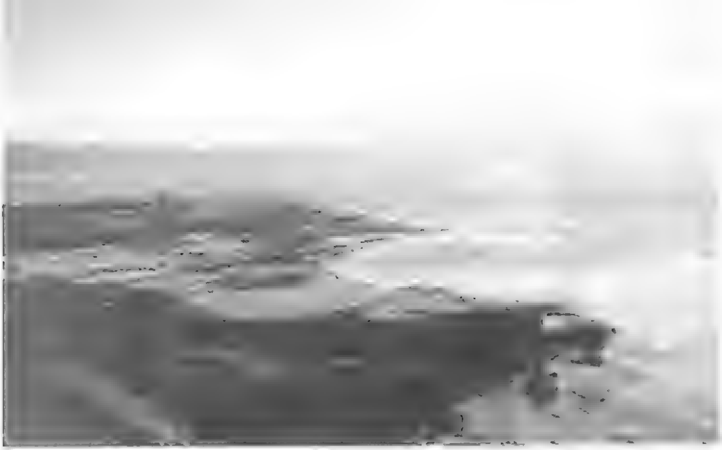
เป็นเหตุให้กระทำกรรมขึ้นอีก โดยนัยนี้กิเลสก็เป็นเหตุกรรมก็เป็นผล แล้วกรรมก็เป็นเหตุส่งวิบากอีก โดยนัยนี้กรรมก็เป็นเหตุวิบากก็เป็นผล แล้ววิบากก็กลับเป็นเหตุให้เกิดกิเลสขึ้นอีก โดยนัยนี้วิบากก็เป็นเหตุกิเลสก็เป็นผล จึงเป็นวัฏฏะ คือเป็นความวนอยู่ดังนี้ วนอยู่เป็นวงกลมเหมือนอย่างล้อรถซึ่งมีอยู่สามซี่ กิเลสซี่หนึ่ง กรรมซี่หนึ่ง วิบากอีกซี่หนึ่งวนกันไปอยู่ดังนี้ โดยไม่อาจจะกล่าวว่าอะไรเป็นต้นอะไรเป็นปลาย เป็นต้นแล้วก็เป็นปลาย แล้วปลายก็กลับเป็นต้น เป็นต้นแล้วก็กลับเป็นปลาย วนเป็นวงกลมอยู่ดังนี้เหมือนอย่างล้อรถที่วิ่งไป จะมีกี่ซี่ก็ตาม แต่ละซี่นั้นก็กลับเป็นต้นเป็นปลาย นี่แหละคือวัฏฏะ ความวน

วัฏฏะ คือความวนดังกล่าวนี้ก็มีอยู่ในกระแสจิตทุกวันนั้นเอง อันจะพึงเห็นได้ว่า ตัณหาสมมติเอาว่ารูปตัณหา ความอยากได้ในรูปคืออยากจะดูรูปนี้เป็นกิเลส ก็เป็นเหตุให้กระทำกรรมคือเกิดเจตนาที่จะดูรูปขึ้นมาแล้วก็ทำการดูรูป เช่นว่า เดินไปก็ดี วิ่งไปก็ดี หรือทำกิริยาอย่างอื่นก็ดี ให้ถึงรูปที่จะดูนั้นแล้วก็ลืมตาดู ดังนี้ก็เป็นกรรมขึ้นมา คราวนี้เมื่อทำกรรมดังนี้ก็เกิดวิบากการมองเห็นรูปนั้นก็เป็นวิบากของกรรม คือการดู คราวนี้วิบากคือการที่เห็นรูปนี้ก็ก่อกิเลสขึ้นอีก ถ้ารูปนั้นสวยงามน่ารักน่าชม ก็เกิดรูปตัณหาที่อยากจะดูยิ่งขึ้นไปอีก ถ้าหากว่าไม่น่ารักน่าชมแต่น่าชัง ก็เกิดโทสะขึ้นมา คือขัดใจก็ก่อกิเลสขึ้นมาอีก ดังนี้

วัฏฏูปัจเฉทะ

ฉะนั้น จะพึงเห็นได้ว่าในปัจจุบันนี้เอง จิตใจของทุก ๆ คนก็วิ่งวนเวียนอยู่ในกิเลส กรรม วิบาก ดังกล่าวนี้ ตามอายตนะที่เห็นได้ง่ายดังนี้ คราวนี้การปฏิบัติในศีล สมาธิ ปัญญา ที่ปฏิบัติมาโดยลำดับ ย่อมเป็นการปฏิบัติตัดวัฏฏะทั้งนั้น เช่นว่าศีล เว้นจากการฆ่า เว้นจากการลักเป็นต้น ก็เป็นการปฏิบัติที่ตัดกิเลส กรรม วิบาก กล่าวคือ ตัดกิเลสก็คือตัดโลภโกรธหลงที่เป็นเหตุให้คิดจะฆ่าจะลักของเขา ตัดกรรมก็คือตัดปาณาติบาตกรรม ตัดอทินนาทานกรรม ตัดวิบากก็คือว่าตัดวิบากของปาณาติบาตกรรม ของอทินนาทานกรรมเสียได้ การปฏิบัติในศีลก็เป็นการปฏิบัติตัดวัฏฏะอย่างหยาบ การปฏิบัติในสมาธิก็เป็นการปฏิบัติเพื่อตัดวัฏฏะขั้นกลาง คือตัดกิเลส ตัดกรรม ตัดวิบากที่เป็นขั้นบังเกิดขึ้นกลุ้มรุมใจเป็นขั้นนิวรณ์ การปฏิบัติในสมาธินั้นก็ตัดนิวรณ์เสียได้ ก็ตัดกรรมที่เนื่องมาจากนิวรณ์ ก็ตัดผลของกรรมคือวิบาก การปฏิบัติในปัญญาก็เป็นการปฏิบัติตัดวัฏฏะอย่างละเอียดขึ้น คือเพื่อตัดอวิชชา ตัณหา อุปาทาน ก็ตัดกรรมเพราะอวิชชาตัณหาอุปาทาน และตัดวิบากเพราะกรรมนั้น ฉะนั้น ผู้ปฏิบัติทุก ๆ คนก็ชื่อว่าเป็นการปฏิบัติเพื่อตัดวัฏฏะทั้งนั้นตามภูมิตามชั้น จนถึงตัดได้สิ้นเชิงก็เป็น **"วัฏฏูปัจเฉทะ"** อันเป็นวิมุตตินิพพานขั้นสูงสุด แต่ในขณะที่ปฏิบัติอยู่ขั้นศีลขั้นสมาธิปัญญา แม้ขั้นสามัญก็เป็น

วิมุตตินิพพานขั้นสามัญ ให้ระลึกถึงธรรมเป็นที่สงบระงับคือเป็นที่ตัดวัฏฏะดังนี้อยู่เนือง ๆ จะทำให้มีฉันทะวิริยะในอันที่จะปฏิบัติเพื่อตัดวัฏฏะและเพื่อพบกับความสงบอันเป็นผลซึ่งจะพึงได้โดยลำดับ



สิ้นตัณหา

วันนี้จะแสดงอีกลักษณะหนึ่งคือลักษณะที่เป็นความสิ้นไปแห่งตัณหา ความสงบในลักษณะนี้พิจารณาดูที่จิตใจเมื่อสงบความดิ้นรนทะยานอยากปรารถนาต้องการก็ย่อมจะเห็นได้ชัด และทุกคนย่อมจะต้องเคยมีความดิ้นรนทะยานอยากปรารถนาต้องการอย่างแรงอันบังเกิดขึ้นในจิตใจเพื่อที่จะได้สิ่งที่อยากจะได้บ้าง เพื่อที่จะเป็นตามที่อยากจะเป็นบ้าง และเพื่อที่จะได้กำจัดสิ่งที่ไม่ต้องการอยากได้หรือภาวะที่ไม่อยากจะเป็นให้สิ้นไปหมดไป และเมื่อความดิ้นรนทะยานอยากเช่นนั้นบังเกิดขึ้นจิตใจเป็นอย่างไรพิจารณาดูก็ย่อมจะเห็นได้

ทุกขเวทนาเพราะตัณหา

อันจิตใจที่ประกอบด้วยความดิ้นรนทะยานอยากดังกล่าวนั้น ย่อมมีความดิ้นรนมากบ้างน้อยบ้าง ถ้าหากว่าความอยากแรงก็ดิ้นรนแรง ถ้าหากว่าความอยากน้อยลงมาก็ดิ้นรนน้อยลงมา และความดิ้นรนทะยานอยากนั้น เมื่อสมปรารถนาก็ย่อมจะรู้สึกว่าเป็นความสุข เมื่อไม่สมปรารถนาก็ย่อมจะรู้สึกว่าเป็นความทุกข์ แต่ว่าอันความสมปรารถนานั้นก็ย่อมจะมีได้ในวิสัยที่จะพึงมีได้ ถ้าหากว่าไม่อยู่ในวิสัยที่จะพึงมีได้ ก็จะต้องพบกับความไม่สมปรารถนา เมื่อเป็นดังนี้ก็เป็นความทุกข์ เข้าในข้อที่ว่า **“ปรารถนาไม่ได้สมหวังเป็นทุกข์”** และอันความปรารถนาดังกล่าวนี้เมื่อจะสรุปลงแล้วก็สรุปได้ว่า ปรารถนาที่จะประจวบกับสิ่งที่เป็นที่รัก ที่จะให้สิ่งไม่เป็นที่รักพลัดพรากไป แต่ว่าเมื่อไปพบตรงกันข้าม คือไปประจวบกับสิ่งที่ไม่เป็นที่รัก หรือไปพลัดพรากกับสิ่งที่เป็นที่รักเข้า ก็เป็นความปรารถนาไม่สมหวังซึ่งเป็นความทุกข์ และความทุกข์ดังกล่าวนี้ก็มีลักษณะเป็นความแห้งใจ คือใจแห้งผากลงไปปราศจากความสดชื่นหรือความชื่นบาน เป็นความระทมใจคร่ำครวญอยู่ในใจ เป็นความไม่สบายกาย เป็นความไม่สบายใจ เป็นความคับแค้นใจต่าง ๆ รวมความก็คือเป็นทุกขเวทนาที่เป็นไปทางกายบ้าง ที่เป็นไปทางใจบ้าง แต่ส่วนสำคัญนั้นเป็นไปในทางใจ น้อยหรือมากสุดแต่ว่าความปรารถนาน้อยหรือมากเพียงไร และนอกจากนี้ความ

ปรารถนาดังกล่าวนี้เพื่อที่จะให้สมหวังย่อมเป็นเหตุให้ประกอบกรรมทางกายบ้างทางวาจาบ้าง ทางใจบ้าง แม้เป็นกรรมที่ชั่วเป็นกรรมที่ผิดอันเป็นไปเพื่อเบียดเบียนตนเบียดเบียนผู้อื่นให้เดือดร้อนมีประการต่าง ๆ จึงก่อให้เกิดอกุศลกรรมต่าง ๆ ขึ้นอีกส่วนหนึ่งด้วย

เพราะฉะนั้น ตัณหาคือความดิ้นรนทะยานอยากปรารถนาต้องการจึงเป็นความไม่สงบ เป็นความไม่สงบที่ปรากฏขึ้นในใจก่อน คือปรากฏอาการขึ้นเป็นความดิ้นรนทะยานอยากต่าง ๆ ดังกล่าว แล้วก็เป็นความไม่สงบโดยเป็นทุกขเวทนา เพราะต้องเป็นทุกข์ มีโสกะคือความแห้งใจเป็นต้นดังกล่าวแล้ว และยังเป็นความไม่สงบทางกายทางวาจาทางใจซึ่งเป็นไปทางกรรมคือการงานที่กระทำอีกด้วย จะต้องได้รับผลของกรรมนั้นเป็นความไม่สงบ เพราะเป็นความทุกข์ต่าง ๆ อีกเพราะฉะนั้น บรรดาความไม่สงบทั้งหลายที่ทุก ๆ คนได้รับจึงเนื่องมาจากตัณหาคือความดิ้นรนทะยานอยากของใจนี้ และแม้ว่าจะได้รับความสมปรารถนาในสิ่งที่เป็นวิสัยอันทำให้ได้เสวยสุขเวทนา คือความรู้สึกเป็นสุขได้ความพอใจ แต่ว่าสุขและความพอใจดังกล่าวนั้นก็บังเกิดขึ้นชั่วระยะเวลาอันยาวบ้างสั้นบ้างไม่เป็นที่ตั้งอยู่แน่นอนจนตลอดไป เพราะสิ่งที่ได้ตามปรารถนาหรือภาวะที่ได้ตามปรารถนานั้นย่อมเป็นสิ่งที่ดำรงอยู่กับตน ตน

รู้ว่าเป็นเจ้าเข้าเจ้าของ ครอบครองอยู่ชั่วระยะเวลาที่ยาวบ้างสั้นบ้าง สิ่งหรือภาวะเหล่านั้นต้องพลัดพรากไปก่อนบ้างหรือว่าชีวิตอันนี้ต้องดับไปเสียก่อนบ้างต้องทิ้งสิ่งทั้งปวงไป เพราะฉะนั้นเป็นอันว่าจะต้องพบกับความพลัดพรากอยู่เสมอไป ที่จะไม่พลัดพรากก็คือว่าตนเองและบุญกับบาป เมื่อเกิดมาก็ตนเองผู้เดียวเป็นผู้มาเกิดพร้อมกับบุญบาปที่ได้กระทำไว้ เมื่อไปก็ตนเองผู้เดียวเป็นผู้ไปพร้อมกับบุญและบาปที่ได้กระทำไว้พระฉะนั้นเมื่อมีความดิ้นรนปรารถนาทะยานอยากของใจอยู่จึงต้องพบกับความไม่สงบพบกับความทุกข์ต่าง ๆ และแม้จะพบกับความสุขก็ชั่วระยะเวลาที่ยาวหรือสั้นดังกล่าวแล้ว

อาศัยตัณหาละตัณหา

ฉะนั้น ตัณหาคือความดิ้นรนทะยานอยากของใจจึงได้แต่สร้างความไม่สงบและความทุกข์ต่าง ๆ ให้บังเกิดขึ้น พระสัมมาสัมพุทธเจ้าจึงได้ตรัสสอนให้ปฏิบัติเพื่อละตัณหาคือความดิ้นรนทะยานอยากปรารถนานั้นเสียสำหรับผู้ที่ต้องการจะพบกับความสงบ และในขั้นสามัญก็ได้มีคำสอนอันแสดงไว้ว่า **"ให้อาศัยตัณหาละตัณหาเสีย"** ความอาศัยตัณหาละตัณหานั้นก็หมายความว่า ให้ใช้ความดิ้นรนทะยานอยากในทางที่จะพบกับความสิ้นทุกข์ คือให้อยากพบความสิ้นทุกข์ อยากบรรลุมรรคผลนิพพาน อันความอยากดังกล่าวนี้ถ้าเป็นความพอใจ

ใคร่ที่จะปฏิบัติกระทำท่านเรียกว่า**ฉันทะ** เป็นอิทธิบาทคือธรรมที่ให้บรรลุถึงความสำเร็จ แต่ว่าถ้าเป็นความพอใจที่แรงสักหน่อยหนึ่ง อันมีลักษณะเป็นความดิ้นรนหรือเป็นความต้องการที่มาก ฉันทะนี้ก็เป็นตัณหา และเมื่อแสดงอย่างละเอียดแม้ฉันทะดังกล่าวนั้นก็เป็นตัณหาอย่างละเอียดอย่างหนึ่ง แต่เป็นตัณหาในทางที่ดี ก็ให้อาศัยตัณหาในทางที่ดีนั้นเพื่อละตัณหาในที่สุด ในข้อนี้ได้มีแสดงถึงการอาศัยฉันทะเพื่อละฉันทะดังที่ท่านพระอานนทเถระได้ตอบปัญหาที่มีผู้มาถามว่า **"ประพฤติพรหมจรรย์เพื่ออะไร"** ท่านตอบว่า **"เพื่อละฉันทะ"** ผู้ถามก็ถามต่อไปว่า **"การละฉันทะนั้นจะทำอย่างไร"** ท่านก็ตอบว่า **"ให้อบรมทำฉันทะให้บังเกิดขึ้น"** ผู้ถามจึงแย้งว่า **"คำตอบเช่นนี้เป็นไปไม่ได้ เพราะว่าทีแรกตอบว่าประพฤติพรหมจรรย์เพื่อละฉันทะ แล้วทำไมจึงมาตอบอีกว่าให้ปฏิบัติอบรมทำฉันทะ"** ท่านพระอานนท์จึงได้แสดงอุปมาว่า **"การที่จะมาสู่อารามนี้ผู้มาก็ต้องมีฉันทะที่จะมาต้องมีความเพียรที่จะมา ต้องมีจิตตะที่จะมา ต้องมีความใคร่ครวญที่จะมา แต่ว่าครั้นมาถึงอารามนี้แล้ว ฉันทะนั้นก็สงบ ความเพียรก็สงบ จิตใจที่จะมาก็สงบ วิมังสาคือความใคร่ครวญพิจารณาที่จะมาก็สงบ ฉะนั้น จึงละฉันทะอย่างนี้"** ตามคำตอบของท่านนี้ก็คือว่าต้องอาศัยฉันทะในการที่จะทำกรณียะคือกิจที่ควรทำ ครั้นทำเสร็จแล้ว ฉันทะนั้นก็สงบก็เป็นอันว่าละฉันทะ อาศัยตัณหาเพื่อละตัณหาก็เช่นเดียวกัน

อาศัยตัณหาคือความอยากเพื่อจะทำกรณียะ คือกิจที่ควรทำ ครั้นทำสำเร็จแล้ว ตัณหานั้นก็สงบ แต่ว่าต้องละตัณหาจึงจะพบกับความสงบอันหมายถึงความสิ้นสุดกิจที่จะพึงทำนั้นได้

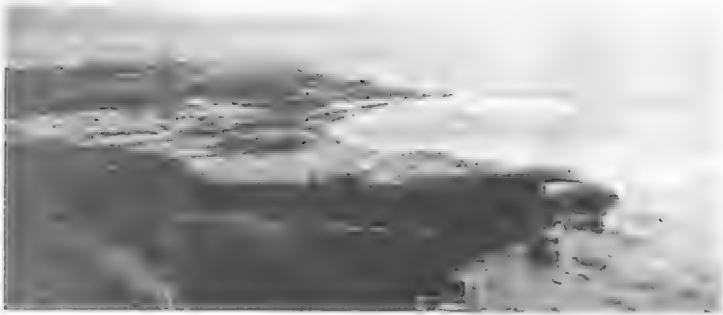
ฉะนั้น เมื่อยังมีตัณหาอยู่ก็ให้เป็นนายของตัณหา อย่าให้ตัณหาเป็นนาย ตัณหาเป็นนายนั้นเรียกว่า **ตณฺหาทาโส** แปลว่าเป็นทาสของตัณหา ความเป็นทาสของตัณหานั้นก่อให้เกิดความทุกข์อันเป็นความไม่สงบด้วยประการทั้งปวง แต่ความเป็นนายของตัณหานั้นแม้ว่าจะมีความไม่สงบเพราะตัณหา แต่ก็สามารถควบคุมตัณหาได้ ไม่ให้ตัณหานำไปในทางที่ผิด เพราะว่าเมื่อมีความดิ้นรนทะยานอยากบังเกิดขึ้นก็ควบคุมได้ เพราะพิจารณารู้ว่าที่ดิ้นรนทะยานอยากไปอย่างนั้นถูกหรือผิด ถ้าเป็นไปในทางที่ผิด ก็งดเว้นไม่กระทำ สงบความอยากนั้นเสีย ถ้าเป็นไปในทางที่ถูกก็กระทำ ก็เป็นอันว่าเป็นนายของตัณหาควบคุมตัณหาได้ และเป็นการอาศัยตัณหาเพื่อละตัณหาเสียด้วย ก็เพราะว่าเมื่ออยากจะทำกรณียะ คือกิจที่ควรทำอันใดอันเป็นกิจที่ดีที่ชอบเมื่อกระทำเสร็จลงไปแล้วตัณหาในเรื่องนั้นก็สงบ เป็นอันละตัณหานั้นได้ พบความสงบไปชั้นหนึ่ง ๆ ดังนี้

ตณฺหกฺขโย

เพราะฉะนั้น การที่สามารถควบคุมจิตใจของตนเองให้

เป็นนายของตัณหาในใจ ควบคุมตัณหาในใจของตนเองได้ และให้อาศัยตัณหาเพื่อละตัณหาเสียในทางที่ถูกที่ควรดังนี้ ก็เป็นปฏิปทานำไปสู่ความสงบ และเมื่อละตัณหาคือความดิ้นรนทะยานอยากเสียได้อย่างหนึ่ง ๆ ก็เป็นความสงบอย่างหนึ่ง ๆ ละได้มากก็เป็นความสงบมาก เพราะฉะนั้น ให้พิจารณาดูถึงความสงบตัณหาซึ่งทุก ๆ คนมีอยู่ เทียบเคียงกับความไม่สงบเพราะมีตัณหาคือความดิ้นรนทะยานอยากของใจก็ย่อมจะรู้ได้ และเมื่อปฏิบัติสงบระงับตัณหาละตัณหาเสียตามภูมิตามชั้นแม้โดยที่กล่าวมา ก็ย่อมจะพบกับความสงบตามภูมิตามชั้น และการสงบตัณหาหรือละตัณหาเสียได้นั้นก็จะปรากฏเป็นศีลบ้าง เป็นสมาธิบ้าง เป็นปัญญาบ้าง เป็นวิมุตติบ้าง ตัณหาอย่างแรงเมื่อสงบด้วยศีลละได้ด้วยศีล คือว่างดเว้นด้วยใจของตนเองได้ ไม่กระทำไปตามความดิ้นรนทะยานอยากของใจ ดังนี้ก็เป็นการละตัณหาด้วยศีล เมื่อสงบกามฉันท์นิวรณ์ในใจของตนเองได้ด้วยสมาธิก็เป็นการละตัณหาด้วยสมาธิ เมื่อละตัณหาอย่างละเอียดที่บังเกิดขึ้นด้วยปัญญา เพราะพิจารณามองเห็นว่าตัณหาเป็นเหตุแห่งทุกข์ ตัณหาจึงสงบไปจากใจ ความยึดถือสิ่งที่ยึดถือด้วยตัณหานั้นก็สงบลงไป ก็เป็นความสงบเพราะละตัณหาด้วยปัญญา และความสงบเพราะละตัณหาเสียได้อันเป็นตัวความสงบอันบังเกิดขึ้นในใจ มีลักษณะเป็นความไม่ดิ้นรนไม่กระวนกระวายไม่ทะยานอยาก มีลักษณะเป็นความอิ่ม เป็น

วามเต็มเป็นความพอเป็นความเยือกเย็น สิ้นความดิ้นรนกระวนกระวายด้วยประการทั้งปวงดังนี้ เป็นลักษณะของวิมุตติ คือความหลุดพ้นตามภูมิตามชั้น ดังนี้แหละเป็นธรรมที่เป็นความสงบหรือเป็นที่สงบเพราะสิ้นตัณหา ละตัณหาในลักษณะที่ว่า **"ตณฺหกฺขโย ความสิ้นตัณหาหรือธรรมเป็นที่สิ้นตัณหา"** อันเป็นอุปสมะ ความสงบระงับหรือธรรมเป็นที่สงบระงับอีกลักษณะหนึ่ง



สิ้นติดใจยินดี

ได้แสดงเรื่องความสงบนี้มาหลายครั้ง และได้แสดงถึงความสงบที่เป็นส่วนเหตุคือสงบอะไร ด้วยอะไร ดังจะกล่าวสรุปอีกครั้งหนึ่งว่า ความสงบความประพฤติที่เป็นภัยเป็นเวรทั้งหลายย่อมมีได้ด้วยศีล ความสงบนิวรณ์คือเครื่องกลุ้มกลัดที่บังเกิดขึ้นในจิตใจอันทำให้จิตใจฟุ้งซ่านเร่าร้อน ย่อมมีได้ด้วยสมาธิ และความสงบความดิ้นรนปรารถนาของใจและความยึดถือทั้งหลาย หรือกล่าวอีกอย่างหนึ่งว่าสงบความรู้ความเห็นที่ผิด หรือว่าทิฏฐิมานะอันมีอยู่อย่างลึกซึ้งในจิตใจ ย่อมมีได้ด้วยปัญญา และความสงบที่เป็นส่วนผลนั้นก็ได้แก่ความหลุดพ้นของใจ ตั้งต้นแต่จากภัยเวรจากเรื่องกลุ้มใจทั้งหลายตลอดจนถึงทิฏฐิมานะ หรือความรู้ผิดเห็นผิด อันมีลักษณะเป็นความ

สร่างเมาหายเมา มีลักษณะเป็นความดับความกระหายของใจ มีลักษณะเป็นความถอนอาลัย มีลักษณะเป็นความตัดวัฏฏะคือความวนเวียน มีลักษณะเป็นความสิ้นความดิ้นรนทะยานอยากของใจ และในวันนี้จะแสดงอีกลักษณะหนึ่ง คือมีลักษณะเป็นความสิ้นติดใจยินดีเป็นการสำรอกเครื่องย้อมใจอันเรียกว่า **วิราคะ**

เครื่องย้อมใจ

คำว่า **"วิราคะ"** นี้ ตรงกันข้ามกับคำว่า **"ราคะ"** คำว่าราคะนั้นแปลว่าย้อม แปลว่าติด เหมือนอย่างสีสำหรับย้อมผ้าซึ่งเป็นเครื่องย้อม เครื่องย้อมหรือว่าการย้อมเรียกว่า ราคะ และเมื่อย้อมแล้วสีก็ติดผ้า การติดนี้ก็เรียกว่าราคะ ในที่นี้หมายถึงเครื่องย้อมการย้อมและการติดทางจิตใจ อันเครื่องย้อมนั้นก็ได้แก่สิ่งที่น่ารักน่าใคร่ปรารถนาพอใจทั้งหลาย จะกล่าวว่ารูปที่ตาเห็นเสียงที่หูได้ยิน กลิ่นที่จมูกได้ดม รสที่ลิ้นได้ทราบ และสิ่งที่กายได้ถูกต้อง อันเป็นสิ่งที่น่ารักใคร่ปรารถนาพอใจทั้งหลาย หรือจะกล่าวว่าโลกธรรม ธรรมสำหรับโลกอันเป็นฝ่ายอิฏฐารมณ์ อารมณ์ที่น่ารักใคร่ปรารถนาพอใจทั้งหลายอันได้แก่ ลาภ ยศ สรรเสริญ สุข ดังนี้ก็ได้ สิ่งเหล่านี้ล้วนเป็นเครื่องย้อมใจ และเมื่อเครื่องย้อมใจเหล่านี้เข้าไปทำการย้อมใจ ใจก็ติดสีคือติดเครื่องย้อมเหล่านี้

ฉะนั้น จึงมีแสดงอุปมาเปรียบเทียบสีของใจไว้ต่าง ๆ คือเป็นสีดำก็มี เป็นสีเขียวก็มี เป็นสีแดงก็มี เป็นสีเหลืองก็มี เป็นสีขาวก็มี เป็นสีขาวอย่างยิ่งก็มี ใจที่มีสีดำเพราะติดเครื่องย้อมที่เป็นสีดำนั้นปรากฏเป็นใจที่มีลักษณะโหดร้าย มีความโลภจัด มีความโกรธจัด มีความหลงจัด ปราศจากความรู้จักบาปบุญคุณโทษ ประโยชน์มิใช่ประโยชน์ มีลักษณะดังที่เรียกว่าอันธพาล คือเป็นคนเขลาเป็นคนโง่ เหมือนดังเป็นผู้บอดดั่งนี้ก็เป็นใจที่มีสีดำ ส่วนใจที่มีสีเขียวนั้นเป็นใจที่ดีขึ้นมาหน่อยหนึ่ง คือรู้จักที่ถูกที่ผิด รู้จักให้ความยุติธรรม มีการพิจารณาปฏิบัติตามผิดตามถูก ใจที่มีสีแดงก็เป็นใจที่ดีขึ้นมาอีกระดับหนึ่ง รู้จักมุ่งหาการกระทำความดีอันเป็นบุญเป็นกุศลต่าง ๆ ขึ้น ใจที่มีสีเหลืองก็เป็นใจที่ดีขึ้นมาอีก รู้จักที่จะประพฤติธรรมสูงขึ้น ใจที่มีสีขาวก็เป็นใจที่สูงขึ้นมาอีกมากใกล้จะถึงความบริสุทธิ์อย่างยิ่ง จนถึงขั้นรู้จักออกบวช เป็นฤษีเป็นโยคี ปฏิบัติธรรมอันเป็นนักบวชภายนอกพระพุทธศาสนาหรือว่าเป็นภิกษุ สามเณรในพระพุทธศาสนา ส่วนใจที่มีสีขาวอย่างยิ่งนั้นกล่าวอีกอย่างหนึ่งว่า เป็นใจที่สำรอกสีออกได้โดยสิ้นเชิง เป็นใจที่บริสุทธิ์อย่างยิ่งไม่มีสี ได้แก่ท่านผู้บรรลุถึงความบริสุทธิ์อย่างยิ่ง คือพระพุทธเจ้าและอรหันตสาวกทั้งหลาย

วิราคธรรม

เพราะฉะนั้น เครื่องย้อมใจซึ่งทำการย้อมใจให้มีสีต่าง ๆ โดยจิตใจนี้ติดสีต่าง ๆ และมีระดับต่าง ๆ ตั้งแต่ขั้นที่ดำทมิฬมืดมิดและค่อย ๆ สำรอกสีที่ดำทมิฬมืดมิดนั้นได้โดยลำดับจนถึงขั้นบริสุทธิ์อย่างยิ่ง เป็นจิตใจที่สำรอกสีออกได้ด้วยประการทั้งปวง ใจที่ติดสีหรือสีที่ติดใจนี้คือราคะ ใจที่ประกอบด้วยราคะอันมีลักษณะหยาบและละเอียดตามภูมิตามขั้น และใจที่สำรอกสีก็เป็นใจที่ประกอบด้วยวิราคะอันตรงกันข้าม ซึ่งก็มีการสำรอกสีออกไปโดยลำดับเช่นเดียวกัน จนถึงเป็นวิราคะอย่างสมบูรณ์ คือเป็นจิตใจที่สำรอกสีออกได้ทั้งหมด เป็นใจที่ไม่มีสีบรรลุถึงความบริสุทธิ์สมบูรณ์ดังกล่าวนั้น นี้คือวิราคธรรมอันบุคคลพึงปฏิบัติได้ตั้งแต่เบื้องต้นเบื้องต่ำจนถึงที่สุด เพราะว่าจิตใจอันนี้ได้มีราคะ คือเครื่องย้อมมาทำการย้อมใจให้ใจนี้ติด คือติดใจยินดีอยู่ในรูปบ้าง เสียงบ้าง กลิ่นบ้าง รสบ้าง โผฏฐัพพะคือสิ่งที่กายถูกต้องบ้าง อันน่าปรารถนาพอใจทั้งหลาย หรือว่าติดอยู่ในลาภ ยศ สรรเสริญ สุขต่าง ๆ เป็นอันมาก และสีที่ติดใจ หรือว่าใจที่ติดสีนี้ก็ติดมากมายหลายชั้นซับซ้อนกันจนดำคือแนบสนิทกลายเป็นสีดำไปก็มี คลายมาเป็นสีเขียว สีแดง คลายมาเป็นสีเหลืองหรือคลายลงมาอีกก็เป็นสีขาวและก็ยังเป็นสีอยู่ แต่ก็นับว่าดีขึ้นมากแล้ว คราวนี้มาสำรอกออกทั้งหมดได้กลายเป็นสีขาวอย่างยิ่งคือไม่มีสี ดังนี้แหละก็นับว่า

เป็นการบรรลุอย่างสมบูรณ์ เป็นความสงบอย่างสมบูรณ์ นี้คือวิราคธรรม

สติปัฏฐานสี่

ธรรมที่พระพุทธเจ้าทรงแสดงก็ล้วนแต่เป็นเครื่องสำรอกของใจนี้ทั้งนั้น ไม่ว่าจะเป็นธรรมข้อไหน ทั้งที่เป็นส่วนศีล ทั้งที่เป็นส่วนสมาธิ และทั้งที่เป็นส่วนปัญญา ในส่วนที่เป็นสมาธิและปัญญาประกอบกันนั้น ก็ได้แก่ส่วนที่มาตั้งสติพิจารณากาย เวทนา จิต ธรรม ตามนัยที่ตรัสแสดงไว้ในมหาสติปัฏฐานสูตร ก็เพราะว่าบุคคลทุก ๆ คนนั้นย่อมเป็นประเภทตัณหาจริตอย่างหยาบบ้าง ตัณหาจริตอย่างละเอียดบ้าง ทิฏฐิจริตอย่างหยาบบ้าง ทิฏฐิจริตอย่างละเอียดบ้าง

คนที่เป็นตัณหาจริตอย่างหยาบก็เช่นว่าเป็นคนที่มุ่งรักสวยรักงามมักจะติดกาย ก็ตรัสสอนให้ตั้งสติพิจารณากายนี้ให้เห็นธรรมดาคือความเกิดดับเพื่อที่จะคลายความติดในกายลงไป

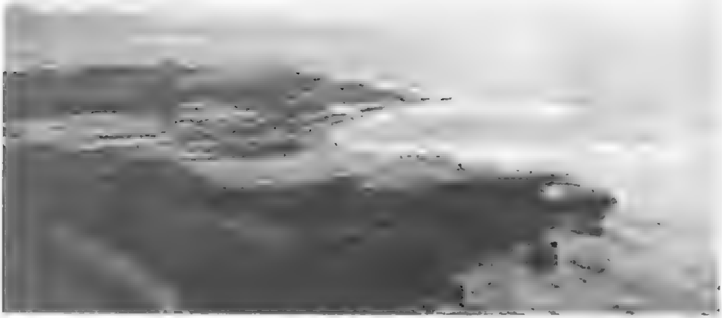
คนที่มีตัณหาจริตอย่างละเอียดก็คือคนที่มักจะแสวงหาความสุขเป็นประการสำคัญ คือมุ่งสุขกายสุขใจเป็นใหญ่แม้ว่าทางร่างกายจะไม่สวยสดงดงามไปบ้างก็ไม่เป็นไร ขอให้มีความสุขกายสุขใจก็แล้วกัน ก็ตรัสสอนให้ตั้งสติพิจารณาเวทนาคือ

ความรู้สึกเป็นสุขเป็นทุกข์ และไม่ทุกข์ไม่สุขให้เห็นธรรมดาคือความเกิดความดับ และเมื่อเป็นดังนี้ก็จะคลายติดในเวทนาลงไป

คนที่มีทิฏฐิจริตอย่างหยาบ คือมักที่จะถือเอาความเห็นของตนเป็นประมาณมักจะติดจิต คือติดในอาการแห่งใจของตนเอง มุ่งเอาแต่ใจของตนเองเป็นที่ตั้ง เมื่อถูกใจแล้วก็ใช้ได้ ก็ตรัสสอนให้พิจารณาจิต ให้เห็นความเกิดความดับเช่นเดียวกัน เมื่อเป็นดังนี้ก็จะคลายจากความติดในจิตใจ

คนที่มีทิฏฐิจริตอย่างละเอียด มักจะติดในเรื่องที่บังเกิดขึ้นในใจเป็นประการสำคัญ ต้องการให้ใจนี้ได้พบกับเรื่องที่พอใจที่ชอบใจเป็นที่ตั้ง ก็ตรัสสอนให้พิจารณาธรรมคือเรื่องที่บังเกิดขึ้นในจิตใจทั้งหลาย ให้เห็นความเกิดความดับเช่นเดียวกัน

สติปัฏฐานทั้งสี่นี้จึงเหมาะสำหรับผู้มีจริตทั้งสี่ดังที่กล่าวมาแล้ว ทุก ๆ คนก็ย่อมจะมีจริตทั้งสี่นี้อยู่ด้วยกัน เพราะฉะนั้นก็สามารถที่จะตั้งสติกำหนดพิจารณาได้ทุกข้อ และแต่ละข้อในสี่ข้อนี้ก็ได้แบ่งแยกเป็นหมวดย่อย ๆ ออกไปอีก และวิธีที่ปฏิบัติตั้งสติบางข้อ ก็ต้องการให้รวมจิตเข้ามากำหนดอยู่เพียงเรื่องเดียว บางข้อก็ต้องการให้พิจารณาดังที่ได้แสดงมาโดยลำดับ



ดับเครื่องก่อทุกข์

วันนี้จะแสดงอีกลักษณะหนึ่งที่เรียกว่า นิโรธะ หรือนิโรธ ที่แปลว่าดับ ตรงกันข้ามกับสมุทัยที่แปลว่าก่อให้เกิดหรือเครื่องก่อ อันสมุทัยนั้นในอริยสัจจ์ทั้งสี่ก็เป็นข้อสอง ข้อหนึ่งก็คือทุกข์ ข้อสองก็คือสมุทัย เหตุให้เกิดทุกข์หรือเครื่องก่อทุกข์ ข้อสามก็คือนิโรธ ความดับทุกข์ ข้อสี่ก็คือมรรคทางปฏิบัติให้ถึงความดับทุกข์

ทุกข์เพราะตัณหา

นิโรธะหรือนิโรธที่ยกขึ้นเป็นหัวข้อในวันนี้ ก็เป็นข้อสามในอริยสัจจ์ทั้งสี่ สมุทัยที่ตรงกันข้ามก็เป็นข้อสอง สมุทัยนี้เป็นเครื่องก่อทุกข์ก่อความเดือดร้อน และเครื่องก่อนี้พระพุทธเจ้า

ได้ทรงชี้เอาตัณหาคือความดิ้นรนของใจทะยานอยากของใจ จิตใจที่มีลักษณะดิ้นรนนั้นย่อมเป็นจิตใจที่ไม่หยุด แต่ว่าดิ้นรนกวัดแกว่งกระสับกระส่ายอยู่เสมอเพื่อที่จะได้บ้างเพื่อที่จะเป็นบ้าง เพื่อที่จะทำลายล้างบ้าง เพื่อที่จะได้ก็เรียกว่ากามตัณหา ความดิ้นรนทะยานอยากจะได้สิ่งที่รักใคร่ ปรารถนาพอใจทั้งหลาย จะเรียกว่ารูป เสียง กลิ่น รส โผฏฐัพพะ สิ่งที่กายถูกต้องก็ตาม จะเรียกว่าลาภ ยศ สรรเสริญ สุขต่าง ๆ ก็ตาม จะเป็นแก้วแหวนเงินทองสิ่งใดสิ่งหนึ่งก็ตาม ซึ่งเป็นสิ่งที่รักใคร่ปรารถนาพอใจอยากจะได้ จิตก็ดิ้นรนกวัดแกว่งกระสับกระส่ายเพื่อที่จะได้สิ่งเหล่านี้มา ลักษณะดังนี้ก็เป็นกามตัณหา ความดิ้นรนกวัดแกว่งกระสับกระส่าย เพื่อที่จะเป็นโน่นเป็นนี่ต่าง ๆ ตามที่อยากจะเป็น ตลอดจนถึงเป็นเจ้าเข้าเจ้าของบรรดาสิ่งที่รักใคร่ปรารถนาพอใจเหล่านั้น ก็ทำให้จิตใจดิ้นรนไปเพื่อที่จะให้สำเร็จความเป็นนั่นเป็นนี่ตามที่ต้องการปรารถนานั้น ก็เป็นภวตัณหา

กามตัณหาและภวตัณหานี้รวมเข้าก็เป็นความดิ้นรนเพื่อที่จะดึงเข้ามาหาตน เพราะเป็นสิ่งที่อยากจะได้จะเป็น แต่ว่ายังมีความดิ้นรนอีกอย่างหนึ่งก็คือดิ้นรนเพื่อทำลายล้าง คือทำลายล้างอุปสรรคแห่งการได้สิ่งที่อยากจะได้ แห่งการเป็นสิ่งที่อยากจะเป็น อุปสรรคนั้นจะเป็นบุคคลหรือสิ่งอะไรก็ตาม ก็ดิ้นรนเพื่อจะทำลายล้างคือผลักออกไป ก็รวมความว่า ดิ้นรนที่จะดึง

เข้ามาอย่างหนึ่ง ดิ้นรนเพื่อจะผลักออกไปอีกอย่างหนึ่ง อันตัณหาคือความดิ้นรนทะยานอยากนี้ เป็นตัวสมุทัยคือตัวก่อทุกข์ ความทุกข์ต่าง ๆ ย่อมเกิดขึ้นจากสมุทัยอันนี้ และพึงพิจารณาดูถึงความทุกข์ เดือดร้อนวุ่นวายทั้งหลายที่บังเกิดขึ้นในโลกนี้ อันเกิดขึ้นจากกรรมคือการงานที่กระทำของบุคคลอันเป็นไปเพื่อเบียดเบียนซึ่งกันและกัน ตั้งแต่ส่วนน้อยจนถึงส่วนใหญ่ ก็เกิดขึ้นจากการที่ดิ้นรนไปเพื่อที่จะดึงเข้ามากับที่จะผลักออกไปดังกล่าวมานี้ จึงได้เกิดการวิวาทแก่งแย่งช่วงชิงต่อสู้จนถึงประหัตประหารกันตั้งแต่ส่วนน้อยจนถึงส่วนใหญ่ แม้เป็นสงครามครั้งใหญ่ที่มนุษย์กระทำขึ้นต่อกันก็บังเกิดขึ้นจากตัณหาคือความดิ้นรนทะยานอยากนั้นแหละเป็นมูลฐานทั้งนั้น

เพราะฉะนั้น เมื่อยังมีตัณหาคือความดิ้นรนของใจอยู่อย่างนี้ ก็ยังมีสมุทัยคือเครื่องก่อทุกข์อยู่เสมอ และโลกนี้ก็จะไม่ว่างเว้นจากการเบียดเบียนซึ่งกันและกัน ตั้งแต่ระหว่างบุคคลระหว่างหมู่ จนถึงระหว่างประเทศ ระหว่างชาติ แม้จะหาวิธีแก้อย่างใดอย่างหนึ่งก็ไม่อาจที่จะแก้ได้ จะแก้ด้วยวิธีใช้กำลังต่าง ๆ ประหัตประหารกันสู้กัน ก็อาจจะมีแพ้มีชนะ แต่ก็จะเป็นไปดังที่พระพุทธเจ้าได้ตรัสไว้ว่า

ชยํ เวรํ ปสวติ ผู้ชนะย่อมก่อเวร

ทุกฺขํ เสติ ปราชิโต ผู้แพ้ย่อมนอนเป็นทุกข์

เพราะจะมีการครุ่นคิดผูกเวรซึ่งกันและกันต่อไปอีก คราวนี้แพ้ก็คิดแก้ตัวที่จะเอาชนะใหม่ก็อาจชนะใหม่ได้ ฝ่ายที่แพ้ก็คิดแก้ตัวที่จะเอาชนะใหม่อีก ก็อาจชนะใหม่อีกได้ จึงเป็นการแพ้การชนะที่ไม่แน่นอน ในระหว่างบุคคลก็ปรากฏตัวอย่างอยู่ไม่น้อย เช่นการผูกเวรกันในระหว่างตระกูล บุคคลในตระกูลนี้ทำลายบุคคลในตระกูลนั้น บุคคลในตระกูลนั้นก็ทำลายบุคคลในตระกูลนี้ ผูกเวรกันเช่นนี้มาตั้งหลายชั่วคนดังนี้ก็มี ตั้งแต่ชั้นปู่ย่าตายายมาชั้นพ่อแม่ชั้นลูกก็ทำลายกันไปอีก เรื่องเช่นนี้เคยมีตัวอย่างจนถึงกับหลวงพ่อวัดหนึ่ง ได้เชิญมาทั้งสองตระกูล ขอให้เลิกผูกเวรซึ่งกันและกัน ทั้งสองฝ่ายก็รับและเมื่อรับแล้วก็เลิกทำลายล้างกันและอยู่ด้วยกันด้วยความผาสุก

นิโรธะดับตัณหา ดับทุกข์

เพราะฉะนั้น การจะเอาชนะกันด้วยการผูกเวรนั้นก่อความทุกข์ไม่มีที่สิ้นสุด เพราะเกิดจากตัณหาซึ่งเป็นตัวก่อ แต่เมื่อปฏิบัติตามพระธรรมคำสั่งสอนของพระพุทธเจ้า ดับตัณหาซึ่งเป็นตัวก่อนี้เสียได้ก็เป็นความดับทุกข์ได้ เพราะว่าเมื่อดับตัณหาลงไปได้ในข้อใดในเรื่องใดในบุคคลใด ก็ย่อมทำให้สงบกรรมอันเป็นไปในการเบียดเบียนซึ่งกันและกัน ในเรื่องนั้นบุคคลนั้น ก็ปรากฏเป็นความดับทุกข์เดือดร้อน เพราะฉะนั้นความดับทุกข์เดือดร้อนนั้น จึงมีทางปฏิบัติได้อย่างเดียวเท่านั้น

คือว่าดับตัณหาเสีย ถ้าหากว่าไม่ดับตัณหาเสียแล้วจะใช้วิธีอื่นไม่สามารถที่จะพบกับความดับทุกข์ได้อย่างจิรังถาวรแน่นอน อาจจะปราบกันลงไปได้ด้วยกำลังต่าง ๆ ให้จำต้องแพ้ให้จำต้องสงบเป็นคราว ๆ แล้วฝ่ายแพ้นั้นตั้งตัวขึ้นมาก็แก้ตัวกันใหม่ ก็กลับไปกลับมาอยู่ดังนี้ ก็เป็นตัวอย่างที่เห็นกันอยู่ แต่แม้เช่นนั้นน้อยคนที่จะมาปฏิบัติตามพระธรรมคำสั่งสอนของพระพุทธเจ้าคือดับตัณหาในใจของตนลงไปเสีย ดับกรรมคือการกระทำซึ่งเป็นการเบียดเบียนซึ่งกันและกันอันเป็นการก่อภัยก่อเวร รู้จักให้อภัยกันไม่ผูกเวรกัน เมื่อปฏิบัติตามพระธรรมคำสั่งสอนของพระพุทธเจ้าดังนี้แล้วก็ดับทุกข์ได้ดับร้อนได้ ดังนี้แหละคือนิโรธความดับอันเป็นความสงบ ดับตัณหาความดิ้นรนทะยานอยากของใจ เป็นผู้หยุดคือหยุดดิ้นรนกวัดแกว่งกระสับกระส่ายด้วยอำนาจของความอยากดังกล่าวนั้น ดับกรรมคือการงานที่กระทำอันเป็นไปเพื่อเบียดเบียนตนและผู้อื่นให้เดือดร้อน เมื่อเป็นดังนี้ก็ได้ผลเป็นความดับ ซึ่งเป็นความสงบ เพราะฉะนั้น จะเป็นความสงบได้ก็จะต้องเป็นนิโรธคือเป็นความดับ ดับตัณหาดับกรรมที่เป็นความเบียดเบียนดังกล่าว นี้เป็นทางเดียวเท่านั้นที่จะให้พบกับความสงบดับทุกข์ได้ ไม่มีทางอื่นที่จะพบกับความสงบความดับทุกข์ได้

พิจารณาจิต

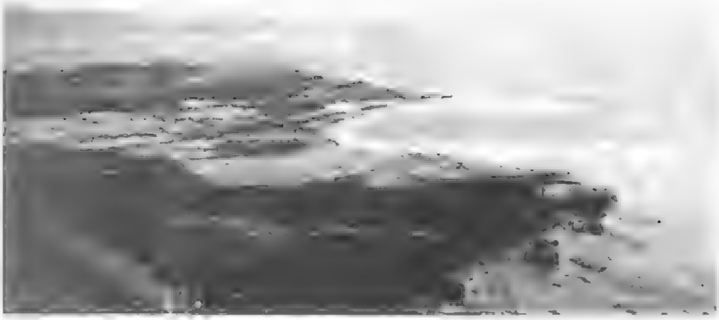
เพราะฉะนั้น เมื่อได้ปฏิบัติตามพระธรรมคำสั่งสอนของพระพุทธเจ้า จึงอาจจะพบกับความสงบได้จริงและก็สามารถที่จะปฏิบัติได้ วิธีที่จะปฏิบัตินั้นโดยปริยายคือทางหนึ่งก็ปฏิบัติตั้งสติพิจารณากาย เวทนา จิต ธรรม อันเป็นสติปัฏฐานของพระพุทธเจ้า จะแสดงข้อตั้งสติพิจารณาจิตสืบต่อไปว่า เมื่อจิตหดหู่ก็ให้รู้ว่าจิตหดหู่ เมื่อจิตฟุ้งซ่านก็ให้รู้ว่าจิตฟุ้งซ่าน เมื่อจิตใหญ่กว้างก็ให้รู้ว่าจิตใหญ่กว้าง เมื่อจิตไม่ใหญ่กว้างก็ให้รู้ว่าจิตไม่ใหญ่กว้าง เมื่อจิตยิ่งคือมีธรรมมีคุณที่ยิ่งก็ให้รู้ว่าจิตมีธรรมมีคุณที่ยิ่ง เมื่อจิตมีคุณหรือมีธรรมที่สูงกว่านั้นอันไม่มีสิ่งอื่นยิ่งกว่าก็ให้รู้ หรือว่าจิตไม่ยิ่ง จิตไม่มีธรรมที่ยิ่งก็ให้รู้ จิตเป็นสมาธิตั้งมั่นก็ให้รู้ จิตไม่เป็นสมาธิตั้งมั่นก็ให้รู้ จิตวิมุตติหลุดพ้นก็ให้รู้ จิตไม่วิมุตติหลุดพ้นก็ให้รู้ คือจิตเป็นอย่างไรก็ให้รู้อย่างนั้น

การตั้งสติกำหนดพิจารณาจิตดังนี้เป็นการที่ดูเข้ามาให้รู้จิตของตนเองว่าเป็นอย่างไร ว่าถึงปรกติวิสัยของบุคคลมักจะไม่ดูเข้ามา แต่ว่าดูออกไป ดังจะพึงเห็นว่าตาสองข้างของทุก ๆ คนนี้ก็สำหรับที่จะดูออกไป ไม่ใช่ดูเข้ามา จะดูให้เห็นหน้าของตนเองนั้นไม่ได้ จึงไม่รู้จักหน้าของตนเองว่าเป็นอย่างไร แต่ว่ารู้จักหน้าของคนอื่นว่าเป็นอย่างนั้นอย่างนี้ ส่วนสตินั้นพร้อมทั้ง

ญาณคือปัญญาดูเข้ามาได้ให้เห็นได้ แต่แม้เช่นนั้นก็มักจะไม่ใช้ดูเข้ามา มักจะใช้ดูออกไปเช่นเดียวกัน จึงมักจะเห็นคนอื่นว่าคนนั้นเขาโลภจัดโกรธจัดหลงจัด คนนี้เขาไม่เป็นดังนี้ ดังนี้เป็นต้น การดูออกไปดังนี้ ทางพระพุทธศาสนาเรียกว่าเป็นการดูออกไป บางทีก็เป็นการเพ่งโทษของผู้อื่นซึ่งเรียกว่าเป็นกำลังของคนพาล **อุชฺฌตฺติพลา พาลา** คนพาลทั้งหลายมีการเพ่งโทษผู้อื่น คือเมื่อดูออกไปเป็นกำลัง แต่ว่าการดูเข้ามานี้เป็นกำลังของบัณฑิต **นิชฺฌตฺติพลา ปณฺฑิตา** บัณฑิตทั้งหลายมีการดูเข้ามา.พ่งเข้ามาเป็นกำลัง ดังนี้

เพราะฉะนั้น สติที่พิจารณาจิตนี้จึงเป็นการดูเข้ามาให้รู้ว่าจิตของตนเองโลภโกรธหลง หรือว่าไม่โลภไม่โกรธไม่หลง จิตของตนเองหดหู่หรือว่าฟุ้งซ่าน จิตของตนเองกว้างใหญ่หรือว่าไม่กว้างใหญ่ คือว่าคับแคบ จิตของตนเองยิ่งหรือไม่ยิ่ง หรือว่ายิ่งจนถึงเป็นอย่างเยี่ยม จิตของตนเองเป็นสมาธิตั้งมั่นหรือไม่ตั้งมั่น จิตของตนเองหลุดพ้นหรือไม่หลุดพ้น ข้องเกี่ยวหรือไม่ข้องเกี่ยว เมื่อดูเข้ามาดังนี้แล้วก็จะสงบจากการเพิ่งโทษออกไปข้างนอก แต่จะพบสัจจะคือความจริงในจิตใจของตนเองว่าเป็นอย่างไร และเมื่อเป็นดังนี้แล้วถ้าจิตกำลังมีราคะหรือโลภะ โทสะ โมหะ เมื่อเพ่งดูเข้ามาแล้ว ราคะหรือโลภะโทสะโมหะในจิตก็จะสงบลง จิตก็จะปลอดโปร่งขึ้นจากราคะโลภะโทสะหรือโมหะ

เป็นจิตสงบ และอาการที่หดหู่หรือฟุ้งซ่านเพราะอำนาจของโลภโกรธหลงนั้นก็จะหายไป อาการที่คับแคบเพราะความโลภความโกรธความหลงก็จะหายไป ปรากฏเป็นอาการที่กว้างใหญ่ และภูมิของจิตก็จะยิ่งคือจะสูงขึ้นจนเยี่ยมในที่สุด และเมื่อดูเข้ามาดังนี้พบกับความสงบดังกล่าวแล้ว จิตก็จะตั้งมั่นเป็นสมาธิขึ้น และก็หลุดพ้นจากเครื่องข้องเกี่ยวทั้งหลายตามภูมิตามชั้น อย่างน้อยก็ทำให้จิตพ้นจากความกลุ้มกลัดทั้งหลาย ยกจิตขึ้นมาอยู่เหนือความกลุ้มกลัดได้เป็นจิตที่ปลอดโปร่งแจ่มใส



นิพพาน

"อุปสมะ" นี้มีหลายระดับหลายชั้นตั้งต้นแต่ความสงบรำงับในขั้นศีล ขั้นสมาธิ ขั้นปัญญา จนถึงขั้นวิมุตติ คือความหลุดพ้น ซึ่งเป็นไปตามขั้นตามชั้นของการปฏิบัติ และย่อมมีลักษณะที่พึงระลึกถึงอันจะพึงกำหนดได้ที่จิตใจนี้เอง จึงถอนความเมา กำจัดความกระหาย ถอนความอาลัย ตัดวัฏฏะ คือความหมุนวนแห่งจิตใจด้วยอำนาจของกิเลส กรรม และวิบาก สิ้นตัณหาคือความดิ้นรนทะยานอยาก สิ้นความติดใจยินดี และออกจากเครื่องเสียบแทงใจ ลักษณะเหล่านี้เมื่อปฏิบัติอยู่ในศีล สมาธิ ปัญญา ตามคำสั่งสอนของพระพุทธเจ้า ย่อมจะได้พบ ได้ประสบความสงบรำงับซึ่งมีลักษณะเป็นการถอนความเมาเป็นต้นดังที่กล่าวมาแล้ว และเมื่อได้ถอนความเมา

เป็นต้นของจิตใจออกเสียได้ในขั้นใด ก็ย่อมจะเป็นวิมุตติความหลุดพ้นในขั้นนั้น เป็นวิมุตติในขั้นศีลก็ได้ ในขั้นสมาธิก็ได้ ในขั้นปัญญาก็ได้ ที่ว่าในขั้นเหล่านี้ก็หมายความว่า เป็นผลของศีล สมาธิ ปัญญา โดยลำดับ อีกอย่างหนึ่งอาจกล่าวว่า เป็นผลของศีล สมาธิ ปัญญา ที่เป็นมรรคสมังคี ความพร้อมเพรียงกันของมรรค คือความพร้อมเพรียงกันของศีล สมาธิ ปัญญาประกอบกันก็ได้ และบรรดาลักษณะเหล่านี้ย่อมรวมอยู่ในลักษณะที่สำคัญ ได้แก่ลักษณะที่ระบุในคำว่า **"นิพพาน"**

นวโลกุตตรธรรม

คำว่า **"นิพพาน"** นี้ เป็นคำที่ผู้นับถือพระพุทธศาสนาได้ยินได้ฟังกันอยู่เสมอ และก็เป็นที่ปรารถนาต้องการของผู้มุ่งจะพ้นทุกข์ตามคำสั่งสอนพระพุทธเจ้า จนถึงเมื่อได้บำเพ็ญบุญกุศลอย่างใดอย่างหนึ่ง ก็มีนิยมอธิษฐานใจกันมาตั้งแต่โบราณกาลว่า **นิพฺพานปจฺจโย โหตุ** จงเป็นปัจจัยคือเป็นเหตุแห่งนิพพาน คือเป็นปัจจัยให้บรรลุถึงนิพพาน ดั่งนี้ ความอธิษฐานจิตดั่งนี้ ถือว่าเป็นการอธิษฐานจิตที่สูงยิ่งกว่าอธิษฐานให้เป็นเหตุแห่งมนุษย์สมบัติ สวรรค์สมบัติต่าง ๆ เพราะว่าสมบัติอื่นทั้งปวงนั้นให้ถึงความพ้นทุกข์ไม่ได้ แต่ **"นิพพานสมบัติ"** สมบัติคือนิพพานให้ถึงความพ้นทุกข์ได้ดั่งนี้ และนิพพานนี้เป็นที่พึงบรรลุสูงสุดในพระพุทธศาสนา ดังที่มีแสดง

ไว้ว่า มรรค ผล นิพพาน มรรคสี่ ผลสี่ นิพพานหนึ่ง เป็นเก้า เรียกว่า **นวโลกุตตรธรรม** ธรรมที่ข้ามขึ้นจากโลก คือพ้นโลกเก้าประการ เมื่อเป็นดั่งนี้ จึงเป็นที่เข้าใจกันว่า นิพพานเป็นธรรมสุดเอื้อมกันอยู่โดยมาก คือหมายความว่า ไม่อาจจะบรรลุถึงได้ แต่ว่าความเข้าใจดั่งนี้ยังไม่ถูกตรงตามที่ควรจะเข้าใจ เพราะว่าตามที่ควรจะเข้าใจนั้น ผลที่พึงบรรลุทุกอย่างไม่ว่าจะเป็นขั้นไหน เมื่อยังไม่ถึงขั้นที่จะพึงบรรลุก็เป็นการสุดเอื้อมทั้งนั้น บรรลุไม่ได้ทั้งนั้น แต่ว่าเมื่อถึงขั้นแล้ว ก็เป็นสิ่งที่จะพึงบรรลุได้ และนิพพานนี้ตามหลักธรรมที่ท่านแสดงไว้ก็เป็นธรรมที่พึงบรรลุได้ ไม่ใช่บรรลุไม่ได้ จึงมีคำกล่าวว่า **“บรรลุนิพพาน”** **“ถึงนิพพาน”** ดั่งนี้

นิพพานเป็นอายตนะ

มีคำกล่าวว่า นิพพานเป็นอายตนะ คือเป็นที่ต่อหรือว่าต่อได้ คือบรรลุได้เหมือนอย่างที่เรียกอายตนะภายในหก อายตนะภายนอกหก อายตนะภายในหก ก็คือ ตา หู จมูก ลิ้น กาย และมนะคือใจ อายตนะภายนอกหก ก็คือ รูป เสียง กลิ่น รส โผฏฐัพพะ และธรรมคือเรื่องราว อายตนะภายใน ภายนอกนี้เป็นคู่กัน ตาคู่กับรูป หูคู่กับเสียง จมูกคู่กับกลิ่น ลิ้นคู่กับรส กายคู่กับโผฏฐัพพะ มนะคือใจคู่กับธรรมคือเรื่องราว และเมื่อต่อให้ถูกคู่กันแล้วก็ต่อกันได้ เมื่อตาต่อกับรูป ก็ต่อกันได้คือ

เห็นรูปได้ แต่ว่าถ้าต่อกันไม่ถูกคู่ก็ต่อกันไม่ได้ เช่นว่าจะใช้หูดูรูป ใช้ตาฟังเสียง ก็ไม่ได้ แต่เมื่อต่อกันถูกคู่แล้วก็ต่อกันได้ คือบรรลุได้ บรรลุการเห็นรูปการได้ยินเสียงได้ดั่งนี้เป็นต้น

นิพพาน ก็เป็นอายตนะอย่างหนึ่งซึ่งต่อได้กับจิตโดยตรง จิตที่อบรมแล้วด้วยศีล สมาธิ ปัญญา โดยลำดับเป็นสุภาวิต-จิตตะ คือจิตที่อบรมดีแล้วจนบรรลุมรรค บรรลุผล จิตนี้ก็บรรลุนิพพาน ดังที่มีแสดงว่า จิตถึงวิสังขารคือนิพพานอันเป็นธรรมที่ปราศจากสังขาร ความปรุงแต่ง เครื่องปรุงแต่งทั้งปวง บรรลุถึงความสิ้นตัณหาทั้งหลายแล้วดั่งนี้

นิพพานเป็นความสิ้นกิเลส

เพราะฉะนั้น เมื่อการปฏิบัติถึงขั้นแล้ว จิตที่อบรมดีแล้วด้วยการปฏิบัติจึงต่อนิพพานได้ คือบรรลุนิพพานได้ดังนี้ จึงได้มีการแสดงลักษณะของนิพพาน อันพอเป็นเครื่องชี้ให้เข้าใจด้วยพระพุทธภาษิตต่าง ๆ อีกหลายแห่งว่า ธรรมเป็นที่สิ้นราคะ โทสะ โมหะ ชื่อว่านิพพาน ดังนี้ก็มีอันหมายถึงว่า นิพพานนั้นก็คือธรรม เป็นที่สิ้นกิเลสนี้เอง ปฏิบัติให้สิ้นกิเลสได้เมื่อใดก็บรรลุนิพพานเมื่อนั้น หรือว่ากล่าวให้เข้าใจว่า นิพพานนั้นก็อยู่ตรงที่สิ้นกิเลสนั้นเอง อีกอย่างหนึ่งก็ยกกรรมขึ้นเป็นที่ตั้ง เพราะเมื่อสิ้นกิเลสก็สิ้นกรรม ตรงที่สิ้นกรรมนั้นก็คือนิพพาน

อีกอย่างหนึ่งก็ยกเอาวิบากคือผลขึ้นเป็นที่ตั้ง สิ้นวิบากคือนับตั้งแต่สิ้นเกิด สิ้นแก่ สิ้นตาย ตรงที่สิ้นวิบากนับตั้งแต่เกิด แก่ ตายนี้ก็คือนิพพาน

คราวนี้เมื่อมาพิจารณาดูอีกว่า อันกิเลสก็มีมากมายยากที่จะสิ้นได้ เมื่อใดจะสิ้นกิเลส หรือไม่อาจจะทำให้สิ้นกิเลสได้ ถ้าคิดดั่งนี้ ก็ไม่ตรงกับหลักธรรมทางพระพุทธศาสนาอีกเช่นเดียวกัน เพราะว่าตามหลักธรรมในพระพุทธศาสนานั้น แสดงว่าจิตนี้อันจะเป็นที่ต่อนิพพานบรรลุนิพพานได้นั้น เป็นธรรมชาติปภัสสรคือผุดผ่อง แต่ว่าเศร้าหมองไปเพราะกิเลสที่จรเข้ามาอันเรียกในที่นี้ว่าอุปกิเลส กิเลสจึงเป็นเหมือนอย่างแขกที่จรเข้ามาอาศัย ไม่ใช่เป็นเนื้อแท้ของจิต ถ้ากิเลสเป็นเนื้อแท้ของจิตแล้วก็ไม่สามารถจะละได้ แต่ว่าเพราะกิเลสไม่ใช่เป็นเนื้อแท้ของจิต แต่ว่าเป็นเครื่องที่จรเข้ามา จรเข้ามาทำให้เศร้าหมอง จึงเรียกว่าอุปกิเลส อุปแปลว่า เข้ามาหรือเข้าไป กิเลสก็เศร้าหมอง คือสิ่งที่เข้ามาทำให้เศร้าหมอง หรือเข้าไปทำให้เศร้าหมอง ก็ทำจิตนี้เองให้เศร้าหมอง เพราะฉะนั้น จึงสามารถที่จะชำระได้ จึงได้มีแสดงว่า จิตนี้หลุดพ้นแล้วจากเครื่องที่จรเข้ามาทำให้เศร้าหมองดั่งนี้ เพราะฉะนั้น จึงสามารถที่จะชำระจิตใจให้หลุดพ้นจากกิเลสบรรลุถึงนิพพานได้ ไม่ใช่ว่าทำไม่ได้ แต่ว่าจะทำได้ยากหรือง่าย จะบรรลุได้เร็วหรือช้าอย่างไรนั้นก็สุดแต่การปฏิบัติ

เมื่อการปฏิบัตินั้นเป็นการปฏิบัติดี เป็นการปฏิบัติตรง เป็นการปฏิบัติถูก เป็นการปฏิบัติชอบ ตามหลักสังฆคุณทั้งสี่ว่า **"สุปฏิปนฺโน อุชุปฏิปนฺโน ญายปฏิปนฺโน สามีจิปฏิปนฺโน"** แล้ว การปฏิบัติที่ดีที่ตรง ที่ถูกที่ชอบนี้ ก็จะนำไปให้บรรลุถึงได้เร็วกว่าการปฏิบัติที่ตรงกันข้าม แต่ว่าการปฏิบัตินั้นก็พึงเป็นไปโดยลำดับ ไม่จำเป็นที่จะต้องเร่งรัดด้วยตัณหาอันเป็นความดิ้นรนทะยานอยาก ถ้าเป็นการปฏิบัติด้วยตัณหาแล้ว ตัณหานี้ก็เป็นเครื่องกั้นอีกไม่ให้บรรลุถึงได้

เหมือนอย่างท่านพระอานนทเถระที่มีแสดงไว้ว่า แรกเมื่อพระพุทธเจ้านิพพานนั้น ท่านยังเป็นพระเสขบุคคล ที่ท่านแสดงว่า เป็นพระโสดาบัน ยังมิได้เป็นพระอรหันต์ แต่ว่าพระเถระที่พระมหากัสสปได้เลือกทำปฐมสังคายนานั้น องค์อื่น ๆ ล้วนเป็นพระอรหันต์ทั้งนั้น แต่ท่านเลือกท่านพระอานนท์เข้าร่วมด้วย ก็เพราะเป็นผู้ทรงพระธรรมอันจะขาดเสียมิได้ ก่อนที่จะถึงวันทำสังคายนาครั้งแรก ท่านพระมหากัสสปจึงได้เตือนพระอานนท์ให้มีความไม่ประมาท กระทำความเพียร ท่านพระอานนท์จึงได้กระทำความเพียรเป็นอย่างยิ่ง แต่ก็ยังไม่ได้ไม่ถึงคราวนี้ท่านจึงปรารภว่าจะพัก ก็เริ่มเอนกายลงที่จะพัก ในประวัติแสดงว่าท่านได้บรรลุอรหัตตมรรค อรหัตตผลในอิริยาบถที่กำลังเอนกายนั้น อันเรียกว่าอยู่ในระหว่างอิริยาบถทั้งสี่

ไม่ใช่นอน ไม่ใช่นั่ง ไม่ใช่ยืน ไม่ใช่เดิน ผู้ปฏิบัติธรรมได้พิจารณาเห็นว่า ก็เพราะในระหว่างที่ท่านเอนกายลงนั้น ท่านปล่อยวางใจ และธรรมปฏิบัติของท่านถึงขั้นแล้ว ในขณะที่ท่านเร่งความเพียร ก็แสดงว่ายังประกอบด้วยตัณหา คือความดิ้นรนทะยานอยาก ตัณหานี้เองจึงยังกั้นเอาไว้ ยังไม่ให้บรรลุ แต่ครั้นวางใจลงว่าจะพักจึงบรรลุขณะที่ปล่อยวางนั้นเองดั่งนี้

เพราะฉะนั้น แม้จะมีคำแสดงว่า **"ให้อาศัยตัณหาเพื่อละตัณหาเสีย"** แต่ก็จะต้องละตัณหาจึงจะบรรลุได้ ฉะนั้น จึงควรปฏิบัติไปโดยลำดับ และเมื่อได้บ่ายหน้าไปสู่นิพพาน แม้จะยังห่างนิพพานเพียงใดก็ตาม ก็ชื่อว่าได้บ่ายหน้าไปถูกทางแล้ว การเดินไปทีละก้าว ก็ชื่อว่าได้เป็นการปฏิบัติใกล้นิพพานเข้าไปทุกที แต่ว่าถ้าบ่ายหน้าไปคนละทางกับนิพพาน การปฏิบัติก็ชื่อว่าเป็นการปฏิบัติไม่ตรงต่อทางนิพพาน ก็จะห่างนิพพานไปทุกทีเช่นเดียวกัน และทุก ๆ คนผู้ปฏิบัติธรรมในพระพุทธศาสนาแม้จะยังไม่ประสงค์นิพพานอันเป็นที่สุด แต่ก็ไม่ต้องกลัวว่าจะรีบบรรลุนิพพานเสีย เพราะว่าอันกิเลสที่มีอยู่อันเป็นส่วนอาสวะอนุสัยนอนจมหมักหมมอยู่ในจิตสันดานของคนทั้งปวงนั้นกล่าวได้ว่ามีอยู่มากมายนักหนา จึงได้เรียกว่า ปุถุชนะ หรือปุถุชน คือคนที่มีกิเลสหนาแน่น ถ้าหากว่าจะเปรียบเทียบก็เหมือนอย่างกองใหญ่โตเป็นภูเขาเลากา

การปฏิบัติธรรมแต่ละครั้งแม้จะปฏิบัติในระดับที่เรียกว่าเป็นธรรมขั้นสูง สมถะ วิปัสสนา ก็คล้าย ๆ กับว่าเอาผ้าไปปัดภูเขานั้นครั้งหนึ่ง ๆ จะทำให้ภูเขาหินกร่อนลงไปได้สักเพียงเท่าใด จะปัดสักกี่ทีภูเขานั้นจะหมดไป สิ้นไปจนถึงเรียบราบเสมอพื้นแผ่นดิน เพราะฉะนั้น ทุกคนจึงไม่ต้องกลัวว่ากิเลสจะหมด แต่ว่าควรจะกลัวกิเลสจะเพิ่มขึ้นกิเลสจะมากขึ้นมากกว่า และทุกคนก็ควรจะปฏิบัติมุ่งนิพพานดังคติโบราณที่ได้กล่าวมาข้างต้นว่า **นิพฺพานปจฺจโย โหตุ** เมื่อเป็นดั่งนี้แล้วก็ชื่อว่า ได้ปฏิบัติบ่ายหน้าไปสู่นิพพาน เป็นการหันหน้าไปถูกทิศทาง เมื่อหันหน้าไปถูกทิศทางแล้ว แม้จะอยู่ห่างไกลเท่าใด การที่ก้าวเดินไปทีละก้าว ก็ชื่อว่าใกล้นิพพานดังกล่าวมาข้างต้นนั้น

นึกดูถึงว่าการเดินทางเช่นว่าจะมาวัดนี้ ก็จะต้องบ่ายหน้ามาสู่วัดนี้ตั้งแต่ออกจากบ้านจึงจะถึงวัดนี้ได้ จึงจะมาประชุมกันอยู่ในที่นี้ได้ ถ้าหากว่าบ่ายหน้าไปเสียทางอื่นแล้ว ก็จะมาถึงวัดนี้ มาประชุมในที่นี้ไม่ได้ ใครที่อยู่ใกล้ก็จะถึงเร็วกว่า ใครที่อยู่ไกลก็จะถึงช้ากว่า แต่ว่าแม้อยู่ใกล้ถ้าไม่มาหรือบ่ายหน้าไปเสียทางอื่น ก็ย่อมมาไม่ถึงอยู่นั่นเอง แม้จะอยู่ไกลเท่าไรอยู่เมืองนอกเมืองนาห่างไกลกันเท่าไร เมื่อจะมาก็ต้องบ่ายหน้ามาถูกทิศทางแล้ว จึงจะมาถึงได้ และก็ต้องได้ในที่สุด

ฉะนั้นการตั้งความปรารถนาเพื่อบรรลุนิพพาน ปฏิบัติธรรมของพระพุทธเจ้าจึงเป็นการตั้งความปรารถนาที่ถูก แล้วไม่ต้องกลัวว่าจะรีบบรรลุนิพพาน

ความระลึกถึงนิพพาน

อีกอย่างหนึ่ง การบ่ายหน้าสู่นิพพานนั้นเท่ากับเป็นการหันหลังให้กิเลส คือหันหลังให้ราคะ โทสะ โมหะ ให้ตัณหาคือความดิ้นรนทะยานอยากเป็นต้น แต่ถ้าหากว่าบ่ายหน้าไปในทางตรงกันข้าม ก็ชื่อว่าบ่ายหน้าไปสู่กิเลสแต่หันหลังให้นิพพาน เมื่อบ่ายหน้าไปสู่กิเลส ดำเนินไปตามทางของกิเลส ไปหากิเลส ก็ย่อมจะร้อน ใกล้กิเลสเท่าไหร่ก็ร้อนเท่านั้น แต่หากว่าถ้าบ่ายหน้าไปสู่นิพพานเป็นการบ่ายหน้าไปสู่ความเย็น หันหลังให้กิเลส และเมื่อดำเนินปฏิบัติไปก็จะห่างกิเลสเข้าทุกที ใกล้นิพพานเข้าไปเท่านั้น ก็จะพบความเย็นยิ่งขึ้น เพราะฉะนั้นการปฏิบัติที่หันหลังให้กิเลส แต่บ่ายหน้าไปสู่นิพพานอันเป็นความเย็นนี้ จึงเป็นไปเพื่อความสงบระงับเพื่อความสุขเพียงส่วนเดียว แม้จะยังไกลอยู่ก็ตาม ก็เป็นอันว่าได้มองเห็นแสงของความสงบ ความเย็น ของความสุขขึ้นไปโดยลำดับ ฉะนั้น ความระลึกถึงนิพพานแม้โดยปริยายดังกล่าวมานี้ก็จะทำให้จิตใจพบกับความสงบ ความสุข จะทำให้เกิดความอุตสาหะ ขวนขวายในการปฏิบัติดีปฏิบัติชอบยิ่ง ๆ ขึ้น

นิพพาน

ความระลึกถึงนิพพานนับเข้าในอนุสสติข้อว่า อุปสมานุสสติ แม้ว่าจะอยู่ไม่บรรลุถึงนิพพานยังไม่พบนิพพานด้วยตนเองว่าเป็นอย่างไร ก็อาจระลึกถึงได้ ฉะนั้น ท่านจึงสอนให้ระลึกถึง ถ้าระลึกถึงไม่ได้ ท่านก็จะไม่สอนให้ระลึกถึง แต่ว่าการระลึกถึงในสิ่งที่ตนเองยังไม่ได้ไม่ถึง ยังไม่รู้ไม่เห็นแจ้งจริงด้วยตนเองนั้นก็อาจทำได้ด้วยอาศัยความรู้ของท่านผู้ที่รู้ที่ได้แสดงสั่งสอนไว้ คือได้อาศัยคำสั่งสอนของพระพุทธเจ้าที่เป็นเครื่องแสดงชี้เอาไว้ และก็พิจารณาตรองไปตามเหตุและผล ก็จะทำให้พอสังเกตลักษณะแห่งนิพพานตามที่ตรัสแสดงไว้ได้

อันการระลึกถึงเรื่องที่ตนยังไม่ได้ไม่ถึง ไม่รู้ไม่เห็นด้วยตนเองนั้น ย่อมมีอยู่เป็นอันมากแก่ทุก ๆ คน ฉะนั้นทุกคนจึงต้องมีการเรียนวิชา ตั้งต้นแต่เรียนจากมารดาบิดาในฐานะเป็นบูรพาจารย์ เรียนจากครูอาจารย์สืบต่อมา ในทางพระศาสนาก็เรียนจากพระพุทธเจ้าซึ่งเป็นผู้ตรัสรู้ สิ่งที่เรียนเหล่านี้มีเป็นอันมากที่นักเรียนนักศึกษาไม่ได้ไม่ถึง ไม่รู้ไม่เห็นด้วยตนเอง แต่ก็อาจจะพิจารณาตรึกตรองไปตามอาการตามลักษณะ ก็จะพอให้บังเกิดความเข้าใจได้บ้าง เรื่องนิพพานที่แสดงมาก็เป็นเช่นนั้น แสดงตามพระธรรมคำสั่งสอนของพระพุทธเจ้าประกอบการตรึกตรองพิจารณาไปตามลักษณะอาการ อันทำให้เข้าใจโดย

ลักษณะอาการเป็นต้นดังกล่าว

โมกขธรรม-นิพพาน-วิมุตติ

อีกอย่างหนึ่ง ทำให้เข้าใจได้โดยเทียบเคียงกับสิ่งที่มีอยู่อันเป็นด้านหนึ่ง และเทียบเคียงถึงนิพพานอันมีลักษณะอีกด้านหนึ่งอันตรงกันข้าม ในข้อนี้พระสัมมาสัมพุทธเจ้าเมื่อเป็นพระโพธิสัตว์ก็ได้ทรงพิจารณาเทียบเคียงดูแล้ว ดังที่ท่านแสดงว่าพระสิทธัตถราชกุมารได้ทอดพระเนตรเห็นคนแก่ คนเจ็บ คนตาย และสมณะ ที่ท่านเรียกว่า เทวทูต แสดงโดยบุคคลาธิษฐานท่านก็แสดงกันมาว่า เทพยดามาเนรมิตไว้ให้ทรงเห็น แต่ว่าเป็นเทพยดามาเนรมิตหรือว่าจะเป็นคนแก่ คนเจ็บ คนตายเป็นสมณะ ที่เป็นมนุษย์นี่แหละ ได้ทรงเห็นคนแก่ คนเจ็บ คนตาย และสมณะจริง ๆ ก็ตาม ความสำคัญย่อมอยู่ที่ว่า เมื่อได้ทรงเห็นแล้ว ได้ทรงพิจารณาน้อมเข้ามาว่า บุคคลเกิดมาก็ต้องแก่ ต้องเจ็บ ต้องตาย ไม่มีใครจะพ้นไปได้ แม้พระองค์เองก็ต้องเป็นเช่นนี้ จะทรงดำรงอยู่ในฐานะใดก็ตาม คือในฐานะเป็นองค์รัชทายาท หรือต่อไปจะทรงเป็นพระราชาผู้ปกครอง หรือแม้จะทรงเป็นพระเจ้าจักรพรรดิตามคำทำนายที่พราหมณ์ผู้ดูลักษณะได้ทำนายไว้เมื่อแรกประสูติก็ตาม ก็จะต้องทรงแก่ ทรงเจ็บ ทรงตาย ไม่พ้นไปได้ ฉะนั้นจึงได้ทรงเห็นทุกข์ และทรงปรารถนาที่จะพ้นทุกข์อันเรียกว่าโมกขธรรม คือทรงปรารถ-

นาโมกขธรรม ธรรมเป็นเครื่องหลุดพ้น โดยตรงก็คือทรงปรารถนาที่จะพ้นทุกข์ พ้นชราทุกข์ พยาธิทุกข์ มรณทุกข์นั้นเอง และก็ทรงพิจารณาเห็นว่า เมื่อมีแก่ มีเจ็บ มีตาย ก็จะต้องมีไม่แก่ ไม่เจ็บ ไม่ตาย อันตรงกันข้าม ความไม่แก่ ไม่เจ็บ ไม่ตาย หรือธรรมที่ทำให้ไม่แก่ ไม่เจ็บ ไม่ตายนี้แหละคือโมกขธรรม ทรงเห็นว่า ธรรมดาของโลกคือของธรรมชาติ เมื่อมีมืดก็มีสว่าง มีร้อนก็มีเย็นเป็นเครื่องแก้กันฉันใด เมื่อมีแก่ มีเจ็บ มีตาย ก็ต้องมีไม่แก่ ไม่เจ็บ ไม่ตาย ฉันนั้น นี้แหละคือโมกขธรรม

ทรงสันนิษฐานโดยเทียบเคียงดังนี้ ความระลึกของพระองค์ดั่งนี้ก็เรียกว่าเป็นอุปสมานุสสติ ระลึกถึงนิพพานอันเป็นที่เข้าไปสงบทุกข์ทั้งปวงอย่างหนึ่ง แม้จะยังไม่ได้ไม่ถึง ไม่รู้ไม่เห็นนิพพาน อันเรียกว่าโมกขธรรมนั้นก็ตาม แต่ก็พึงระลึกถึงโดยเทียบเคียงกับสิ่งที่ตรงกันข้าม แก่ เจ็บ ตายนั้น ก็รู้อยู่ ก็เห็นอยู่ ทรงเห็นแก่ เห็นเจ็บ เห็นตาย นี่แหละ คือทรงเห็นเทวทูต แม้จะเคยเห็นคนแก่ คนเจ็บ คนตายมาก่อนสักกี่ครั้งกี่คราวก็ตาม แต่ว่าไม่เห็นด้วยตาปัญญาเหมือนอย่างที่ทรงเห็นในคราวที่จะเสด็จออกทรงผนวชนั้น ก็ยังไม่ชื่อว่าเห็นเทวทูต แต่เมื่อเห็นแก่ เห็นเจ็บ เห็นตาย ด้วยตาปัญญาคือน้อมเข้ามารู้ด้วยปัญญาที่ใจจนเกิดความสังเวช นี้แหละคือเห็นเทวทูต จะเป็นเทวดา

เนรมิตไว้ข้างนอก หรือว่าจะเป็นคนแก่ คนเจ็บ คนตาย จริง ๆ นั้นไม่สำคัญ สำคัญอยู่ที่ว่าเห็นที่ใจด้วยปัญญา เรียกว่าเห็นทุกข์ จึงได้เทียบเคียงไปถึงด้านที่ตรงกันข้าม คือ ที่ไม่แก่ ไม่เจ็บ ไม่ตายดังกล่าว

ฉะนั้น แม้ความระลึกถึงได้ดั่งนี้ก็เป็นอุปสมานุสสติย่อมจะเป็นประโยชน์ และก็เป็นประโยชน์จริง ๆ เพราะว่าเป็นเหตุให้พระองค์ทรงละฆราวาสสมบัติ แม้แต่จักรพรรดิสมบัติทั้งสิ้น เสด็จออกทรงผนวช และทรงแสวงหาโมกขธรรมคือนิพพานนั้น จนทรงบรรลุถึงโมกขธรรมในที่สุด ซึ่งโมกขธรรมนั้นก็เป็นอมตะ คือธรรมที่ไม่ตาย กล่าวรวมกันว่า ไม่แก่ ไม่เจ็บ ไม่ตาย นั่นเอง แม้ว่าเมื่อทรงบรรลุเข้าจริง ๆ ธรรมข้อนี้จะมีลักษณะพิเศษลึกซึ้งประการใดก็ตาม แต่ว่าก็ย่อมอยู่ในลักษณะที่จะพึงพูดหมายให้เข้าใจกันได้ก็คือว่า ไม่แก่ ไม่เจ็บ ไม่ตาย หรือที่เรียกว่า อมตธรรม หรือโมกขธรรมนั่นแหละ ถ้าหากว่าไม่ได้ทรงมีอุปสมานุสสติในข้อนี้แล้วก็จะไม่ทรงผนวช เพราะไม่มีอะไรจะชักจูงให้เสด็จออกทรงผนวชได้ ฉะนั้น จะว่ายังไม่ได้ไม่ถึงแล้วนึกไม่ได้ อาจจะนึกได้แม้อาศัยความเทียบเคียงกับสิ่งที่มีอยู่ไปถึงสิ่งที่ตรงกันข้าม ดังที่พระโพธิสัตว์ได้ทรงระลึกถึงนี้ และในธรรมคำสั่งสอนของพระองค์ที่แสดงลักษณะต่าง ๆ อันจะพึงระลึกตามไปได้นั้นก็มีอยู่เป็นอันมาก เป็นต้นว่า ได้ทรงแสดงไว้

ว่า น้ำทั้งสิ้นในมหาสมุทรมีรสเป็นอันเดียวกัน คือมีความเค็มเป็นรสฉันใด ธรรมคือคำสั่งสอนของพระองค์ทุกข้อทุกบทก็มีรสเป็นอันเดียวกันฉันนั้น คือว่ามีวิมุตติ ความหลุดพ้นเป็นรสในที่นี้ก็หมายถึงนิพพานนี้เอง

ฉะนั้น ธรรมที่ทรงสั่งสอนไว้ทุกข้อทุกบท ไม่ว่าจะเป็นขั้นศีล หรือขั้นสมาธิ หรือขั้นปัญญา ขั้นใดขั้นหนึ่งทุกข้อ ทุกบท ย่อมมุ่งวิมุตติคือความหลุดพ้นจากกิเลสและกองทุกข์ มุ่งนิพพานทั้งนั้น ฉะนั้น เมื่อปฏิบัติตามพระธรรมคำสั่งสอนของพระพุทธองค์ ไม่ว่าจะข้อใดก็ชื่อว่าเป็นการปฏิบัติเพื่อวิมุตติ หรือว่าเพื่อนิพพาน คือเพื่อดับกิเลสและกองทุกข์ ไม่มีธรรมสักข้อหนึ่งที่พระพุทธเจ้าจะทรงสั่งสอนให้ปฏิบัติเพื่อเพิ่มกิเลสเพิ่มกองทุกข์ มีแต่ตรัสสอนให้ลดให้ละกิเลสและกองทุกข์ทั้งนั้น เพราะฉะนั้น ธรรมทุกข้อทุกบทถึงเป็นไปเพื่อนิพพานและผู้ปฏิบัติธรรมทุกข้อทุกบทก็เป็นไปเพื่อนิพพานเช่นเดียวกัน นี้ในด้านคำสั่งสอน

โลกกับทุกข์

ในด้านเทียบเคียงดังกล่าวมาถึงตัวอย่างพระโพธิสัตว์ ก็อาจที่จะกล่าวเทียบเคียงได้อีกอย่างหนึ่งว่า ด้านโลก ด้านทุกข์ หรือว่าด้านกิเลสนั้น ทุกคนก็อยู่กับโลก อยู่กับทุกข์ อยู่กับกิเลส ก็ย่อมจะพิจารณารู้จักว่าโลกเป็นอย่างไร ทุกข์เป็นอย่างไร

กิเลสเป็นอย่างไร อันโลกนั้น ตามศัพท์แปลว่า สิ่งที่ชำรุดทรุดโทรม สิ่งใดชำรุดทรุดโทรม สิ่งนั้นเป็นโลก และอีกอย่างหนึ่งคำว่าโลกอาจจะแปลว่า ปรากฏหรือสว่าง อันหมายความว่าความชำรุดทรุดโทรมที่เป็นโลกนั้นไม่ใช่ว่าซ่อนเร้นแต่ว่าปรากฏไม่ใช่ว่าไม่ปรากฏ มองเห็นได้แม้ด้วยตา เพราะฉะนั้น ท่านจึงมีแสดงไว้ว่า สิ่งใดเป็นโลก สิ่งนั้นเป็นทุกข์ และทุกข์นั้นก็ไม่ใช่มีความหมายแคบ คือหมายเฉพาะที่เป็นทุกขเวทนา แต่ว่าหมายถึงทุกข์ทุกอย่าง ทุกข์ทุกสิ่ง ที่ดำรงอยู่คงที่ไม่ได้ต้องแปรปรวนเปลี่ยนแปลงไป สิ่งใดที่ดำรงอยู่ตั้งอยู่คงที่ไม่ได้ต้องแปรปรวนเปลี่ยนแปลงไป สิ่งนั้นเรียกว่าเป็นทุกข์ เพราะฉะนั้นโลกกับทุกข์มีลักษณะเป็นอย่างเดียวกัน และทุก ๆ คนอยู่ในโลกอยู่กับทุกข์ก็ย่อมจะพิจารณามองเห็นโลกว่าเป็นอย่างไร เห็นทุกข์ว่าเป็นอย่างไร อาจจะมองเห็นทุกข์เป็นต้นว่า ชาติทุกข์ ชราทุกข์ มรณทุกข์ ก็มองเห็นกัน หรือว่าทุกข์ทางใจ จะเป็นโสกะปริเทวะเป็นต้น ก็รู้กันพบกัน ความประจวบกับสิ่งที่ไม่เป็นที่รัก หรือความพลัดพรากจากสิ่งที่เป็นที่รัก ก็รู้กันพบกัน ความปรารถนาไม่ได้สมหวังต่าง ๆ ก็พบกัน เคยพบความไม่เที่ยงความแปรปรวนเปลี่ยนแปลง ความที่บังคับให้เป็นไปไม่ได้ตามปรารถนาต้องละสิ่งทั้งปวงอยู่ด้วยกัน เพราะฉะนั้นจึงเรียกว่าได้เคยพบเคยประสบโลก ประสบทุกข์อยู่ด้วยกัน

กิเลสก็เหมือนกัน ทุกคนมีกิเลสก็รู้กันอยู่ว่า โลภะเป็นอย่างไร โทสะเป็นอย่างไร โมหะเป็นอย่างไร หรือว่าตัณหาความดิ้นรนทะยานอยากบังเกิดขึ้นแล้วเป็นอย่างไร เดือดร้อนอย่างไรดั่งนี้เป็นต้นก็รู้กันอยู่ เพราะฉะนั้นก็พิจารณาโดยเทียบเคียงว่าโลกเป็นอย่างนี้ ทุกข์เป็นอย่างนี้ กิเลสเป็นอย่างนี้ อีกด้านหนึ่งที่ตรงกันข้าม ที่ที่ไม่มีทุกข์ ไม่มีโลกที่มีลักษณะดังกล่าว ไม่มีกิเลสด้วยประการทั้งปวง นั่นแหละคือนิพพาน และมาพิจารณาดูอีกว่า ใครคือผู้ที่ประสบโลก ประสบทุกข์ ใครเป็นผู้ที่มีกิเลส พิจารณาดูตามความจริงและตามคำสั่งสอนของพระพุทธเจ้า ก็จะพบว่า จิตนี้เองเป็นสิ่งที่ประสบโลก ประสบทุกข์ เป็นสิ่งที่เป็นที่อาศัยของกิเลสหรือว่ามีกิเลสที่ ๆ มีโลกมีทุกข์ มีกิเลส ก็คือจิตนี้เอง และที่ ๆ ไม่มีโลก ไม่มีทุกข์ ไม่มีกิเลส ก็ไม่ใช่สิ่งอื่นใด ก็คือจิตนี้เอง เพราะฉะนั้น จึงมีผู้บรรลุนิพพานได้คือจิต เช่นเดียวกับผู้ที่บรรลุทุกข์ บรรลุโลกบรรลุกิเลสหรือมีกิเลสคือจิตนี้เอง และทุกคนก็มีจิตอยู่ด้วยกันและจิตนี้ตามที่ได้แสดงแล้วว่าตามหลักพระพุทธศาสนา สมเด็จพระบรมศาสดาตรัสว่าจิตนี้มีธรรมชาติปภัสสรคือผุดผ่อง แต่ว่าเศร้าหมองเพราะกิเลสที่จรเข้ามา จึงเรียกว่าอุปกิเลส ซึ่งต้องการจะแสดงความหมายว่า กิเลสนั้นเป็นตัวจรเข้ามา ไม่ใช่เป็นเนื้อหาของจิต ดังที่แสดงแล้ว เพราะฉะนั้นจึงสามารถปฏิบัติให้วิมุตติ คือให้จิตพ้นกิเลสได้ จิตที่พ้นกิเลสนี่แหละคือ

จิตที่บรรลุนิพพาน สิ้นกิเลส สิ้นราคะ โทสะ โมหะ สิ้นตัณหา นี้แหละคือบรรลุนิพพาน

วัฏฏะ ความวน

เมื่อสิ้นกิเลสก็สิ้นกรรม เมื่อสิ้นกรรมก็สิ้นวิบาก เพราะเหตุที่ยังมีกิเลสจึงต้องกระทำกรรมต้องประสบวิบาก นี้เรียกว่าวัฏฏะคือความวน เพราะฉะนั้น ทางพระพุทธศาสนาจึงได้แสดงถึงสัจจะคือความจริงข้อนี้

สรุปรวมเข้ามาว่า ทุกคนวนอยู่ในวัฏฏะคือความวนสามอย่าง กิเลสวัฏฏะ วนคือกิเลส กรรมวัฏฏะ วนคือกรรม วิบาก-วัฏฏะ วนคือวิบาก และความวนนี้ย่อมมีอยู่อย่างเดียวกัน ในอดีตก็เป็นอย่างนี้ ในปัจจุบันก็เป็นอย่างนี้ ต่อไปในอนาคตก็จะเป็นอย่างนี้เหมือนอย่างล้อรถที่วิ่งไป ล้อรถที่วิ่งไปก็คือหมุนเป็นวงกลม หมุนไปรอบหนึ่งก็คือว่า คืบไปได้ตอนหนึ่งเท่ากับระยะรอบหนึ่งของล้อนั้น ฉันใดก็ดี ในอดีตจะเกิดมาสักกี่ร้อยกี่พันกี่แสนกี่โกฏิกี่อสงไขยชาติก็ตาม ก็วัฏฏะสาม กิเลส กรรม วิบาก นั่นแหละหมุนไปทีละรอบ ในชีวิตปัจจุบันนี้ ชีวิตอันนี้สมมติว่ารอบหนึ่ง ก็วัฏฏะสามนี้ ในอนาคตก็วัฏฏะสามอันเดียวกันนี้นั้นเอง

อนมตัคคะ

ได้มีพระพุทธภาษิตตรัสไว้ว่า วัฏฏะหรือสังสารวัฏอันนี้เป็น อนมตัคคะ ที่แปลว่า มียอดคือปลายที่ไม่จำเป็นจะต้องตามไปรู้ คำว่ายอดหรือปลายนี้ก็หมายความว่า ตั้งต้นมาเมื่อไรที่สัตว์บุคคลนี้เริ่มเกิดมาหรือว่าเริ่มวนมา และจะไปลงท้ายเมื่อไรคือจะจบสิ้นสุดลงเมื่อใด ไม่จำเป็นที่จะต้องตามไปรู้ เพราะว่าจะย้อนหลังไปในอดีตนานสักเท่าใด จะคืบไปในอนาคตนานเท่าใดก็ตาม หลักก็คือว่า วัฏฏะทั้งสาม กิเลส กรรม วิบาก อันนี้นี่เอง ไม่ใช่อื่นไกลที่ไหน จึงไม่จำเป็นจะต้องตามไปรู้ว่าเกิดมากี่ชาติแล้ว และจะไปเกิดอีกกี่ชาติ รู้แล้วก็ไม่บังเกิดประโยชน์อะไร ไม่ทำให้สิ้นกิเลสและสิ้นกองทุกข์ได้อย่างไร เหมือนอย่างว่าฝนตกตั้งแต่ต้นมากี่ครั้ง ที่ไหนบ้าง ในอนาคตข้างหน้า ฝนจะตกอีกกี่ครั้งที่ไหนบ้าง ไม่จำเป็นที่จะต้องไปรู้ แต่ข้อที่ควรรู้นั้นก็คือรู้เหตุและผล รู้เหตุและผลว่า ฝนตกเพราะอะไร ดังที่เมื่อครั้งโบราณก็แสดงว่าเทวดาให้ฝน ในปัจจุบันผู้รู้ทางวิทยาการรู้เหตุที่ฝนตกว่าเป็นอย่างนั้น ๆ และเมื่อจับเหตุและผลแล้ว ฝนจะตกมาในอดีตนานเท่าใดก็ตาม จะตกในอนาคตอีกเท่าใดก็ตาม ก็อยู่ในเหตุผลอันเดียวกันนี้ และเมื่อจับเหตุผลอันนี้ได้แล้ว สมมติว่าต้องการจะให้ฝนตกถ้าทำได้ก็สร้างเหตุขึ้นให้ฝนตก ก็อาจจะทำให้ฝนตกได้ดังนี้ เพราะฉะนั้นจึงไม่จำเป็นที่จะต้องตามไปรู้รายละเอียดต่าง ๆ แต่ว่าให้

รู้หลักซึ่งพระพุทธเจ้าได้ตรัสรู้ ได้พบหลักสัจจะคือความจริง สรุปเข้าในหลักของวัฏฏะทั้งสาม กิเลสวัฏฏะ กรรมวัฏฏะ และวิบากวัฏฏะดังกล่าว

เมื่อมีกิเลส กิเลสก็เป็นเหตุให้ทำกรรม กรรมก็เป็นผลของกิเลส และกรรมก็เป็นเหตุส่งวิบากคือผล วิบากคือผลนั้นเล่าก็เป็นผลของกรรม และวิบากก็เป็นเหตุก่อกิเลสอีก เพราะฉะนั้น กิเลส กรรม วิบาก จึงวนกันเป็นวงกลม เหมือนอย่างล้อที่มีอยู่สามซี่ ก็หมุนไปอย่างนี้นี่แหละ ทั้งในอดีต ในอนาคต ในปัจจุบันดังกล่าวมาแล้ว เมื่อพระพุทธเจ้าได้ตรัสรู้พบหลักอันนี้แล้ว ความตรัสรู้ของพระองค์เป็นความรู้แจ่มแจ้งสว่างโพลงขึ้น ซึ่งตามหลักพระพุทธศาสนาแสดงว่าอวิชชาคือความไม่รู้เป็นต้นเหตุของกิเลสทั้งหมด ส่วนวิชชา คือความรู้นั้นเมื่อบังเกิดขึ้น อวิชชาคือความไม่รู้ก็ดับหายไป เหมือนเมื่อความสว่างบังเกิดขึ้น ความมืดก็ดับหายไป เพราะฉะนั้น กิเลสทั้งปวงจึงดับ โลภ โกรธ หลง หรือโลภะ โทสะ โมหะดับ ตัณหาดับกิเลสดับ ก็เป็นอันหักวัฏฏะ คือหักซี่ของวัฏฏะอันเป็นซี่สำคัญเมื่อหักซี่ของวัฏฏะคือกิเลสเสียได้ กรรมก็ดับ วิบากก็ดับ นี่แหละคือนิพพาน หรือว่าโมกขธรรม หรือวิมุตติที่ได้ทรงพบและก็ทรงแสดงธรรมนี้สั่งสอนชี้แจงที่จะให้เข้าใจถึงสัจจะคือความจริงอันนี้ วางหลักอริยสัจจ์สี่ วางหลักปฏิจจสมุปบาท วาง

หลักวัฏฏะสามและหลักอื่น ๆ รวมความว่า ธรรมปฏิบัติทั้งสิ้นนั้นเป็นไปเพื่อปฏิบัติหักวัฏฏะทั้งสามนี้ทั้งนั้น ตั้งแต่ในเบื้องต้นและเป็นไปเพื่อหักตั้งแต่อย่างหยาบ จนถึงอย่างละเอียด และเมื่อหักได้สิ้นเชิงแล้ว ก็เป็นอันว่าจิตนี้บรรลุถึงความสิ้นกิเลส สิ้นกรรม สิ้นวิบาก เป็นภูมิชั้นแห่งนิพพานอันเป็นที่สุดแห่งพุทธศาสนาตามที่พระพุทธเจ้าทรงสั่งสอน

โลกุตตร

จิตทุกคนสามารถจะบรรลุถึงภาวะดังกล่าวได้เมื่อปฏิบัติในมรรคมีองค์แปด หรือศีลสมาธิปัญญาถึงที่ และเมื่อปฏิบัติไป ๆ ก็ใกล้นิพพานเข้าไปเอง ใครจะอยากถึงนิพพานหรือไม่อยากถึงนิพพานก็จะต้องถึง แต่ว่าถ้าขั้นของการปฏิบัติยังไม่เข้าไปถึงฐานะถึงขั้น จะอยากเท่าไรก็ถึงไม่ได้ ไม่อยากก็ไม่ถึง อยากก็ไม่ถึง เพราะฉะนั้น ความบรรลุนิพพานนั้นจึงมิได้เกิดจากความอยาก หรือความไม่อยากแต่เกิดจากการปฏิบัติไปโดยลำดับ และเมื่อเข้าขั้นแล้วก็บรรลุเอง เป็นสถานที่เป็นสภาพธรรมที่ตรงกันข้ามกับภาวะที่เป็นโลก ที่เป็นทุกข์ ที่เป็นกิเลสดังกล่าว จิตอันนี้ของทุก ๆ คนสามารถบรรลุถึงได้ เมื่อจิตอันนี้มีกิเลส ก็สามารถทำให้กิเลสสิ้นไปได้ เมื่อจิตอันนี้อยู่กับทุกข์ก็สามารถทำให้สิ้นทุกข์ได้ เมื่อจิตอันนี้เกี่ยวข้องกับโลก ก็สามารถให้บรรลุโลกุตตรคือพ้นโลกได้

...ชีวิตแม้โดยปรกติก็ต้องอาศัยความสงบอยู่เป็นอันมาก

ความพักผ่อนย่อมต้องการที่อันสงบ ต้องการความสงบ

การเรียน การทำงานก็ต้องการที่อันสงบ ต้องการความสงบ

การทำงานละเอียดก็ย่อมต้องการความสงบมาก

ถ้าขาดความสงบขาดที่สงบเสียอย่างเดียวแล้ว

จะเรียนก็ไม่ได้ จะทำงานอันใดที่ละเอียดประณีตก็ทำไม่ได้

จะพักผ่อนก็ไม่ได้ และยิ่งในเวลาที่ต้องการพักจริง ๆ

เช่นเวลาที่ต้องการหลับก็ต้องการที่สงบ

และความสงบเป็นอย่างมาก เพราะฉะนั้นที่สงบ

หรือว่าความสงบนั้นจึงเป็นสิ่งที่ทุก ๆ คนต้องอาศัยอยู่

ทุกวันในชีวิตทุก ๆ วันของบุคคล

ยิ่งในการปฏิบัติธรรมทางจิตก็ยิ่งต้องการที่อันสงบสงัด

ต้องการความสงบสงัดเป็นอย่างมาก

เพราะฉะนั้น ที่อันสงบสงัด ความสงัด

จึงเป็นสิ่งที่จำปรารถนาต้องการ....

1 030010 051159

ราคา 35.00 บาท